రాబిన్ శర్మ

ఫెరారీని అమ్మిన యోగి చెప్పిన నిత్య ప్రేరణ

నిత్య ప్రేరణ

DAILY INSPIRATION

NOW IN TELUGU

రాబిన్ శర్మ పుస్తకాలు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అందరికి మహోన్నత జీవనంజీవించడానికి తోడ్పడుతున్నాయి.

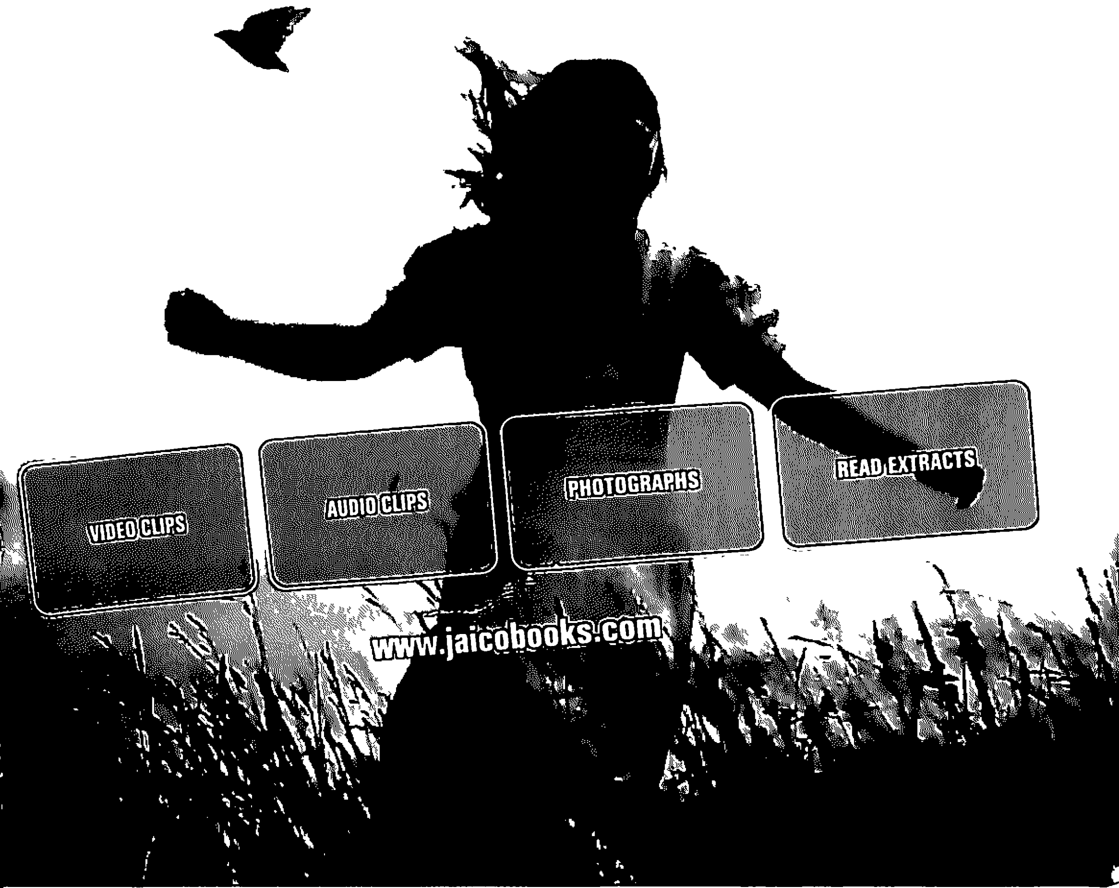
పాలో కొయల్హో, ది ఆల్కెమిస్ట్ రచయిత



Robin Sharma's books have sold 6 million copies worldwide

6 MILLION COPIES SOLD WORLDWIDE

JAICO


VIDEO CLIPS
AUDIO CLIPS
PHOTOGRAPHS
READ EXTRACTS
www.jaicobooks.com

ఫెరారీని అమ్మిన యోగి చెప్పిన నిత్య ప్రేరణ

నిత్య ప్రేరణ

DAILY INSPIRATION

NOW IN
TELUGU

ఫెరారీని అమ్మిన యోగి చెప్పిన నిత్య ప్రేరణ

నిత్య ప్రేరణ

DAILY INSPIRATION

NOW IN TELUGU

రాబిన్ శర్మ

జైకో పబ్లిషింగ్ హౌస్
అహమ్మదాబాద్ బెంగుళూర్ భోపాల్ భువనేశ్వర్ చెన్నై
ఢిల్లీ హైదరాబాద్ కోల్‌కత్తా లక్నో ముంబై

ప్రచురణకర్తలు
జైకో పబ్లిషింగ్ హౌస్
ఎ - 2 జాష్ ఛేంబర్స్, 7 - ఎ, సర్ ఫిరోజ్ షా మెహతా రోడ్డు
ఫోర్ట్, ముంబై - 400 001.
jaicopub@jaicobooks.com
www.jaicobooks.com

హార్‌పర్ కొల్లిన్స్ పబ్లిషర్స్ లిమిటెడ్ వారి
సహాయంతో పబ్లిష్ చేయబడింది
టోరొంటో, కెనడా

DAILY INSPIRATION
FROM THE MONK WHO SOLD HIS FERRARI
ఫెరారీని అమ్మిన యోగి చెప్పిన నిత్య ప్రేరణ నిత్య ప్రేరణ
ISBN 978-81-8495-775-4

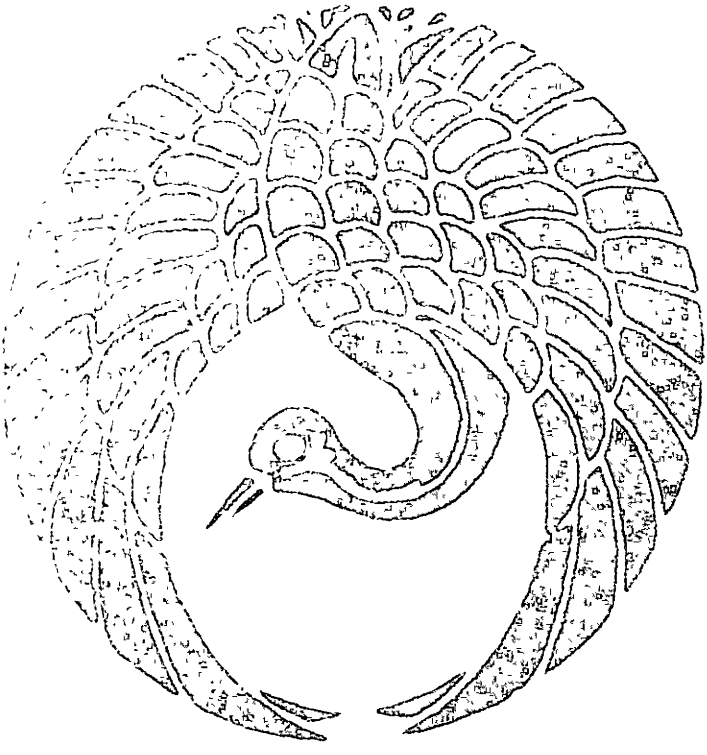
స్వేచ్ఛానువాదం : వేమూరి రమాంజనీకుమారి

First Jaico Impression: 2015

Printed by
Snehesh Printers
320-A, Shah & Nahar Ind Est. A-1
Lower Parel, Mumbai - 400 013

ఫెరారీని అమ్మిన యోగి పరంపరలో వచ్చిన పుస్తకాలలోని
ఈ సూక్తులను మీకు, పాఠకుడికి అంకితం చేస్తున్నాను.
మన లోపలికి ధైర్యంగా చూసుకోవడానికి, వాస్తవికంగా, సమృద్ధితో,
సంతోషంతో, అద్భుతంగా ఉండే జీవితం సృష్టించుకొనడానికి
చేయాల్సినదంతా చేయడానికి ప్రత్యేక వ్యక్తి అయి ఉండాలి.
అందుకని మిమ్మల్ని నేను గౌరవిస్తున్నాను.

ఈ పుస్తకాన్ని నా పిల్లలకు కూడా అంకితం చేస్తున్నాను.
వారికి తండ్రిగా నేను ధన్యుణ్ణి.



జనవరి

ప్రభావం, వారసత్వం

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 1

నేను ఎదుగుతున్నపుడు మా నాన్న ఒక సంస్కృతసూక్తిని అనువాదం చేస్తూ నాకో విషయాన్ని చెప్పారు. దాన్ని నేనెన్నడూ మర్చిపోలేదు. "బాబూ, నువ్వు పుట్టినపుడు, నువ్వు ఏడ్చావు, ప్రపంచం సంతోషించింది. నువ్వు చనిపోయి నపుడు ప్రపంచం ఏడ్చేలా, నువ్వు సంతోషించేలా జీవితం గడుపు" అని ఆయన చెప్పారు. జీవితమంటే ఏమిటో మర్చిపోయిన కాలంలో మనం జీవిస్తున్నాం. చంద్రమండలం మీదికి మనిషిని సునాయాసంగా పంపగలం. కాని, కొత్తగా వచ్చిన మన పొరుగుమనిషిని పలకరించ డానికి రోడ్డు దాటి వెళ్ళడానికి ఇబ్బంది పడతాం. అందరితో కలిపి ఉంచే టెక్నాలజీ ఇప్పుడు మనదగ్గరుంది, అయినా మానవాళి చరిత్రలోనే ఇంత కలవకుండా ఉన్న సందర్భం లేదు. మనకి ఇంతకుముందుకన్నా ఎంతో తెలుసు, నిజంగా మనిషిలా గొప్పగా ఉండడమంటే ఏమిటో మనకు కొంచెం కూడా తెలియదు.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 2

ప్రపంచంలో అత్యంత శక్తిమంతమైన ప్రేరణ కలిగించేది ప్రయోజనం. అనురక్తికి నిజమైన రహస్యం ప్రయోజనం.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 3

విజయాన్ని సాధించలేం; వెంటబడి వచ్చేస్తుంది. గొప్ప ప్రయోజనం కోసం ఏకాగ్రంగా కృషి చేస్తుంటే అది అనుకోకుండా అనుబంధ ఉత్పత్తిలా వచ్చేస్తుంది.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 4

మన సంస్కృతిలో కర్తవ్యం అనే పదాన్ని తరచుగా ప్రతికూల భావంతో అర్థం చేసుకుంటాం. చాలామందికి ఈ ఆలోచనే గిట్టదు. కర్తవ్యం తమకు ఆ క్షణంలో ఇష్టమొచ్చినట్టుగా జీవించకుండా అడ్డుపడుతుందని భావిస్తారు. నాకు కర్తవ్యం అనే పదం స్వాతంత్ర్యాన్ని, సంతోషాన్ని సూచిస్తుంది. నాయకత్వం, అసలైన విజయం అంటే సులభంగా ఉన్నదాన్ని చేయడం కాదు సరైనదాన్ని చేయడం.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 5

జీవితంలో ఉన్నతమైన ప్రయోజనం సాధించాలని మీకు అనిపించిందంటే, దానికి తగిన అనురక్తి, శక్తి వాటంతటవే వస్తాయి. జీవితంలో విశిష్టమైన స్థాయిల్లో అనురక్తి కలగాలంటే, మీరు కోరుకునే పెద్ద ప్రయోజనాన్ని కనుక్కోవడం. ఒకసారి మీరు దానిని గ్రహించారంటే, మీకు ఉత్తేజం కలుగుతుంది. మిమ్మల్ని మించిన దానికోసం అప్పుడు మీరు పనిచేయడం ఆరంభిస్తారు.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 6

బెంజమిన్ ఫ్రాంక్లిన్, మహాత్మాగాంధీ, మార్టిన్ లూథర్‌కింగ్ జూనియర్, మదర్ థెరీసా, ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్, నెల్సన్ మండేలా వంటి వారి జీవితాలను పరిశీలించండి. అందరూ ఒక ప్రయోజనం కోసం జీవితాలను అంకితం చేశారు. ఈ ప్రయోజనాన్ని సాధించడమే వారి హృదయాల్లో నిండిపోయింది. వారు చేసేపని వారిలో ఉద్వేగాన్ని నింపింది. ఒక లక్ష్యం కోసం తెలివిగా ఆలోచించడం కన్న ఉద్విగ్నమైన మానసిక స్థితిలోకి వెళ్ళారంటే ఉత్సాహం ఉరకలు వేసి శక్తి పదింతలవుతుంది.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 7

చేసి తీరాల్సిన పని పై మనసు పెట్టండి. బుద్ధితో ఆలోచించవద్దు. సంకల్పంతో ముందుకు వెళ్ళండి. జీవితంలో పైకి వెళతారు. బుద్ధి మనశక్తిని పరిమితం చేస్తుంది. ఉద్వేగాలు స్వేచ్ఛనిస్తాయి.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 8

మీరేం చెయ్యాలో- దేనికోసం పోరాడాలో - మీరెక్కడున్నారో మీకు బోధపడు తుంది. మనసు పెట్టి, తమని ఉత్తేజితం చేసే పని ఏదో తెలుసుకోవడానికి ఎవరూ తాము చేస్తున్న ఉద్యోగాన్ని వదలనవసరం లేదు. దీనికి కావలసినదల్లా విషయాలను పలురకాలుగా అర్థం చేసుకొనడం. వేయాల్సిన మొదటి అడుగును ఈ రోజే వేయడం.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 9

ఒక పనిని సాధించాలనే తపన ఉంటే శక్తి విడుదలవుతుంది, అది మీ వ్యాపారాన్ని పెంచే మనుషులకు అద్భుతమైన అనుభవాలు అందించడం కావచ్చు, లేకపోతే ప్రపంచాన్ని ఆదుకొనడం కావచ్చు. గుర్తించదగిన పనులన్నీ శక్తి-అంకితభావంతోనే ఆరంభమవుతాయి. మీరు చేసే ప్రతి పని విశిష్టంగా చేయాలని తీర్మానించుకోండి.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 10

మీరేం చెయ్యాలో తెలుసుకోండి. ఆ పనిని గౌరవంతోను, ప్రేమతోను చేయండి – మంచిని చెయ్యడానికి ప్రేమ అద్భుతమైన శక్తి. ఇది ప్రపంచంలో అన్నిటికన్న శక్తిమంతమైనది.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 11

గతంలో మనలో చాలామంది ఖర్చులకు సరిపడ జీతం వచ్చే ఉద్యోగం ఉంటే చాలునని సంతృప్తిపడేవాళ్ళం. కాని ఇప్పుడు, పనిలో ఆత్మసంతృప్తి, సృజనాత్మకమైన సవాలు, ఎదుగుదల, సంతోషం కోసం చాలా తపన పడుతున్నాం. కేవలం మనం బ్రతకడానికే కాకుండా ఇంకా ఏదో సాధిస్తున్నా మన్న భావన మనకు కావాల్సి వస్తోంది. ఒక్కమాటలో అర్థవంతంగా ఉండాలనుకుంటున్నాం. మీరు చేసే పనిలో ఉన్నత పరమార్థం కనుగొనడానికి, మీ చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచంపై మీరు చేసే పని ప్రభావం ఎంత ఉందని, సృజనాత్మకంగా మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోగల జాగ్రుతిని కలిగి ఉండడం ఉత్తమ మార్గం. నా కంపెనీ అందించే ఉత్పత్తులు, చేసే సేవల వల్ల ఎవరికి ప్రయోజనం? అనిగాని, నేను రోజూ చేసే పనులవల్ల ఉపయోగ మేమిటని గాని మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోండి. ఇలా చేశారంటే, మీరు చేసే పనికి, దానివల్ల ప్రయోజనం పొందేవారికి మధ్యగల సంబంధం అర్థమవుతుంది. ఇది మీకు స్ఫూర్తిదాయకంగా ఉంటుంది.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 12

ఒకరోజు మా నాన్న రిఫ్రిజిరేటర్ తలుపు మీద రవీంద్రనాథ్ టాగూర్ రాసిన కవితనొకదానిని అంటించారు. దానిలో "వసంతం వెళ్ళిపోయింది. వేసవీ వెళ్ళింది, శీతాకాలం వచ్చింది. నేను పాడాలనుకున్న పాట పాడలేకపోయాను. నా వాయిద్యం తీగెలు పదే పదే సవరించుకుంటూ ఉండిపోయాను" అని ఉంది. జీవితాన్ని పూర్తిగా అనుభవించలేని మనిషి తన హృదయంలో పడే పశ్చాత్తాపాన్ని సూచించే మాటలివి. మీ వారసత్వాన్ని ఈరోజు నుంచే నిర్మించుకుంటూ పోవాలి, మీకు "మరింత తీరిక ఉన్నపుడు" మరో పదేళ్ళ తర్వాత కాదు. జీవితంలో ఏం సృష్టించాలనుకుంటున్నారో ఆలోచించండి. మరీ ముఖ్యంగా మీరీ ప్రపంచాన్ని వదిలివెళ్ళిపోయాక ఏ కానుకని ప్రపంచం కోసం వదిలి వెళ్ళాలనుకుంటున్నారో ఆలోచించండి. మీతోనే ఆగిపోకుండా ఉండే పని మొదలుపెట్టడం ద్వారా గొప్పదనం లభిస్తుంది.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 13

విజయాన్ని, ప్రాముఖ్యాన్ని సంతులనం చెయ్యండి. గొప్ప ప్రభావాన్ని చూపని గొప్ప విషయాలను సాధించడం వల్ల ప్రయోజనమేమిటి? మన జీవిత చరమాంకంలో మనమేమి అయ్యామనేది చాలా ముఖ్యం - మనం ఏం చెయ్యగలిగామనేది ముఖ్యం.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 14

జీవిత శాశ్వత సత్యాలలో ఒక దానిని చాలా సరళంగా చెప్పవచ్చు: బ్రతకాలనే స్వార్థం నుంచి, సేవ చేయాలనే నిబద్ధతకు హృదయపూర్వకంగా మారితే, జీవితంలో విజయపరంపరలు తథ్యం.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 15

ప్రసిద్ధ శాస్త్రవేత్త థామస్ ఎడిసన్, “మేధావి అంటే ఒక శాతం ప్రేరణ. 99 శాతం ప్రయాస” అన్నాడు. నిజమైన విజయానికి, ఆత్మసంతృప్తికి కష్టించి పనిచేయడం అత్యవసరమని నా నమ్మకం, దానితో పాటు ప్రగాఢమైన ప్రేరణ, ప్రపంచానికి ఏదో చేయాలనే నిబద్ధత మరింత ముఖ్యమని భావిస్తాను.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 16

విజయాన్ని వెంటాడుతూ జీవించిన జీవితం కన్న, ప్రాముఖ్యం కనుగొనడానికి అంకితం చేసిన జీవితం అత్యంత సంతృప్తికరమైందనేది జీవిత పాఠాలలో గొప్ప పాఠం. ప్రాముఖ్యాన్ని సృష్టించుకునే ఉత్తమ మార్గం ఏమిటంటే మీకు మీరు చిన్న ప్రశ్న వేసుకోవడం : “నేనెలా సేవ చేయాలి?” అని. గొప్ప నాయకులు, మేధావులు, మానవతావాదులు స్వార్థాన్ని వదలి నిస్వార్థంగా జీవించారు, అలా చేస్తూ తాము కోరుకున్న సంతోషాన్ని, సమృద్ధిని, సంతృప్తిని పొందారు. ఇవ్వడం ద్వారా ఆనందం లభిస్తుంది.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 17

మనలో ప్రతిఒక్కరు, తల్లిదండ్రులుగా కాకుండా, వ్యక్తులుగా "నేను చనిపోయాక నా జీవితం దేనికి నిదర్శనంగా నిలుస్తుంది?" అని మనను మనం ప్రశ్నించుకోవాలి. మనం వదిలే అడుగుజాడలను గురించి, భవిష్యత్తరాలు మనం జీవించామని ఎలా తెలుసుకుంటారని మనం ఆలోచించాలి. మనందరం మహాత్మాగాంధీలమో, మదర్ థెరీసాలమో కావాలని నేను అనడం లేదు. వాళ్ళకోసం వేసిన మార్గాలవి – వాళ్ళు అలా జీవించాలని ఎంచు కున్నారు. మన జీవితాలను కూడ మనను మనం మార్చుకునే విధంగా గడపాలని నేను చెబుతున్నాను.

ప్రభావం, వారసత్వం

జనవరి 18

చాలా తరచుగా మనుషులు గతంలో బ్రతకడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు: తమని సంతోషపెట్టే పనులు చేయడానికి రోజులు వెచ్చిస్తారు. కాని సంతోషం మనం చేరే చోటు కాదని, మనం సృష్టించుకునే స్థితి అని అర్థం చేసుకొనే వివేకాన్ని పొందడానికి ప్రయత్నించరు. మీ ఆత్మలోతుల నుంచి ఇతరుల జీవితాల్లో మార్పు తెచ్చే ఉద్దేశంతో మీకున్న అత్యున్నత మానవ నైపుణ్యాలను ఉపయోగిస్తూ, నిబద్ధతతో మిమ్మల్ని మీరు అంకితం చేసుకుంటే, సంతోషం, గాఢమైన జీవిత సంతృప్తి కలుగుతాయి. మీ జీవితం నుంచి చెత్తంతా పోతే. దాని పరమార్థం స్పష్టమవుతుంది: మీ స్వార్థాన్ని మించిన మరి దేనికోసమో జీవించడం. సరళంగా చెప్పాలంటే జీవిత పరమార్థం పరమార్థం కోసం జీవించడమే.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 19

మీలో ఉన్న దివ్యమైన సామర్థ్యాలను సాక్షాత్కరింపచేసుకొనే అవకాశం వచ్చినా, ఆ పిలుపును అందుకోలేకపోయారని తెలిసినపుడు చితికిపోయినంతగా మీ హృదయం మరెన్నడూ చితికిపోదు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 20

ప్రశస్తమైన పని చేయడానికి ఉపయోగపడే ప్రత్యేకమైన ప్రతిభలెన్నో మనలోపల నిరీక్షిస్తుంటాయి. మనందరిలో ఏవో రూపంలో వ్యక్తిగత ప్రతిభ నిక్షిప్తమై ఉంటుంది. మనందరము ఇక్కడ విశిష్ట ప్రయోజనం నెరవేర్చడానికి ఉన్నాం, మనలో ఉన్న అత్యున్నత మానవ సామర్థ్యాన్ని సాక్షాత్కరింపజేసుకొని ఉదాత్త లక్ష్యసాధన చేస్తూ, అదే సమయంలో మన చుట్టూ ఉన్న ఇతరుల జీవితాలకు మరింత విలువను చేకూర్చగలం. మీ ఆత్మ తపనను తెలుసుకున్నారంటే అర్థం మీరిప్పుడు చేస్తున్న పనిని మానెయ్యమని కాదు. మీరు చేస్తున్న పనిలో మరింతగా మీ ప్రతిభలను ఉపయోగిస్తూ చేసే పనులను అత్యుత్తమంగా చేయడంపై దృష్టి పెట్టాలని దీని అర్థం. మీరు చేసే పనిని మీ జీవితాన్ని, ప్రతిభాపూర్ణంగా ఉంచుకోవాలని ఈ రోజునే నిర్ణయించుకోండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 21

మీ అంతరంగంలో సఫలత లేకపోతే బయటి సఫలతకు అర్థం లేదు. బాగా ఉండడానికి, బాగా డబ్బుండడానికి చాలాపెద్ద తేడా ఉంది. ఆంతరిక జీవితంలో సంపన్నంగా ఉన్న వ్యక్తి అందరికన్న సంపన్నుడు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 22

చాలా సంతోషంగా, చురుగ్గా, సంతృప్తిగా ఉన్న వారికీ, మీకూ, నాకూ నిర్మాణంలో ఏం తేడా లేదు. మనందరం మాంసమూ ఎముకలతోనే తయారయ్యాం. ఒకే విశ్వశక్తి నుంచి మనందరం పుట్టాం. అయితే జీవితాలు సామాన్యంగా ఉండేవారి కన్న కేవలం బ్రతికి ఉండేవారికన్న, తమ మానవ సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించు కుంటూ, జీవితం చేసే అద్భుతాలను నిజంగా అనుభవిస్తూ ఉండేవారు సామాన్యులకన్నా భిన్నమైన పనులు చేస్తారు. అన్నిటికన్న ముఖ్యంగా వీరికి ప్రపంచంపైన, ప్రపంచంలోని అన్ని విషయాల పైన సానుకూల దృక్పథం ఉంటుంది. ఇతరులకు ప్రతికూలత కనిపించే చోట వీరికి అవకాశం కనిపిస్తుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 23

తమను తాము గొప్పగా అనుకునేవారు గొప్ప ఫలితాలు రాబట్టగలరు. ఆత్మగౌరవం ప్రశంసనీయం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 24

మీ జీవితం నిధి. మీకు తెలిసినదానికన్న మీరెంతో గొప్పవారు. ఈ రోజు మీరు జీవించే జీవితాన్నే రేపు కూడా జీవిస్తారని భావించాల్సిన పనిలేదు. ఎంపిక చేసుకోండి. ఒక్క అంగ వెయ్యండి. తర్వాతి స్థాయి గొప్పదనాన్ని అందుకోవడానికి పరిస్థితులను పట్టించుకొనవద్దు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 25

మనసు అద్భుతమైన సేవకుడు కాని క్రూరమైన యజమాని. మీరు ప్రతికూల ఆలోచనలతో ఉన్నారంటే కారణం మీరు మనసుకి సక్రమ మార్గంలో, మంచిపై శ్రద్ధ పెట్టేలా శిక్షణ నివ్వలేదని అర్థం. మనం రోజంతా దేని గురించి ఆలోచిస్తామో మనం అలా అయిపోతామని గుర్తుంచుకోండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 26

జీవితంలో సఫలత సాధించేవారు గొప్ప కలలు కంటూ, తమ కలలు నిజం చేసుకొనడానికి ఎన్ని ఇబ్బందులెదురైనా ఎదుర్కొంటారు. భయాలను ముఖాముఖిగా ఎదుర్కొని జీవితక్రీడలో ప్రతిరోజూ ధైర్యంతో ముందుకు సాగుతారు. ఎంత భయపడినా, ఆ భయ ద్వారాలను వాళ్ళు పగులగొట్టి బయటపడతారు. జీవితకాలమంతా గొర్రెలా బ్రతకడంకన్న ఒక్క రోజైనా సింహంలా బ్రతికితే చాలు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 23

తమను తాము గొప్పగా అనుకునేవారు గొప్ప ఫలితాలు రాబట్టగలరు. ఆత్మగౌరవం ప్రశంసనీయం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 24

మీ జీవితం నిధి. మీకు తెలిసినదానికన్న మీరెంతో గొప్పవారు. ఈ రోజు మీరు జీవించే జీవితాన్నే రేపు కూడా జీవిస్తారని భావించాల్సిన పనిలేదు. ఎంపిక చేసుకోండి. ఒక్క అంగ వెయ్యండి. తర్వాతి స్థాయి గొప్పదనాన్ని అందుకోవడానికి పరిస్థితులను పట్టించుకొనవద్దు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 25

మనసు అద్భుతమైన సేవకుడు కాని క్రూరమైన యజమాని. మీరు ప్రతికూల ఆలోచనలతో ఉన్నారంటే కారణం మీరు మనసుకి సక్రమ మార్గంలో, మంచిపై శ్రద్ధ పెట్టేలా శిక్షణ నివ్వలేదని అర్థం. మనం రోజంతా దేని గురించి ఆలోచిస్తామో మనం అలా అయిపోతామని గుర్తుంచుకోండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 26

జీవితంలో సఫలత సాధించేవారు గొప్ప కలలు కంటూ, తమ కలలు నిజం చేసుకొనడానికి ఎన్ని ఇబ్బందులెదురైనా ఎదుర్కొంటారు. భయాలను ముఖాముఖిగా ఎదుర్కొని జీవితక్రీడలో ప్రతిరోజూ ధైర్యంతో ముందుకు సాగుతారు. ఎంత భయపడినా, ఆ భయ ద్వారాలను వాళ్ళు పగులగొట్టి బయటపడతారు. జీవితకాలమంతా గొర్రెలా బ్రతకడంకన్న ఒక్క రోజైనా సింహంలా బ్రతికితే చాలు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 27

జ్ఞానం భయానికి మంచి విరుగుడు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 28

అదృష్టమంటే అవిశ్రాంతమైన తయారీకీ, మంచి అవకాశానికి మధ్య జరిగే వివాహం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 29

చాలామంది జీవితాల్లో బాగా పనిచేయగలిగిన రోజులను తెలిసిన వారున్నచోట గడిపేస్తారు. తెలియని ప్రాంతానికి వెళ్లడానికి వాళ్ళకి ధైర్యం ఉండదు. గుంపును వదిలి వెళ్ళడానికి వారికి ధైర్యం చాలదు. గుంపులోనే ఉండాలనుకుంటారు. విడిగా ఉండడానికి భయం. అందరూ వేసుకునేలాంటి బట్టలే వేసుకుంటారు, అందరిలానే ఆలోచిస్తారు, అందరిలానే ప్రవర్తిస్తారు, అలా ఉండడం తమకు నచ్చకపోయినా సరే. గుండె పిలుపును వారు పట్టించుకొనరు. కొత్త పనులు చెయ్యరు. భద్రతను విడిచివెళ్ళడం వారికి ఇష్టం ఉండదు. అందరూ ఏం చేస్తే వారదే చేస్తారు. అలా చేస్తూ పోతే, ఒకప్పుడు జీవం తొణికిసలాడిన ఆత్మ మసక బారుతుంది. మీతో మీరు నిజాయితీగా ఉండడం వల్ల మీకు నచ్చినట్టుగా ఉండడం వల్ల విజయం లభిస్తుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 30

భద్రమైన పరిసరాలను అంటి పెట్టుకొని ఉండడమంటే జీవితంలో భయాలచేతిలో బందీగా ఉండడమే. ఒడ్డును వదలకుండా కొత్త సముద్రాలు కనుగొనడం అసాధ్యం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

జనవరి 31

ధైర్యమంటే భయం లేకపోవడం కాదు. మీకు ముఖ్యమైన లక్ష్యం కోసం భయపడుతూ నడవడానికి సంసిద్ధంగా ఉండడం. సురక్షితమైన రేవులో ఉండి, తెలిసినవారితో ఉండిపోయారంటే, బ్రతికి వుండి మరణించినవారితో ఉన్నట్లే. మీకు తెలియని, మీ జీవితంలో తెలియని ప్రదేశాలకు వెళితేనే గుండె కొట్టుకొనడం మొదలై మళ్ళీ మీకు ప్రాణం వస్తుంది. బ్రతకడంలోని సాహసం, థ్రిల్ తిరిగి వస్తుంది. భయాలకి ఆవలివైపున మీ అదృష్టాన్ని కనుగొంటారని గుర్తుంచుకోండి.



ఫిబ్రవరి

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 1

మీ ఆలోచనలను, జీవితాన్ని మెరుగుపరచుకొనడానికి సమయం లేదనడం అంటే డ్రైవింగ్‌లో తీరికలేక గ్యాస్ నింపడానికి బండిని ఆపలేకపోవడం లాంటిది. కాలక్రమంలో అది మిమ్మల్ని ఆగేలా చేస్తుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 2

మీ ఆలోచనలు కీలకమైనవి, సజీవాలు, శక్తినిచ్చే మాటలు. చాలామంది తమ ఆలోచనల స్వభావాన్ని గుర్తించడం కోసం ఆగడం అవసరమనుకోరు. కాని మీ ఆలోచనలోని నాణ్యతే జీవిత నాణ్యతను నిర్ణయిస్తుంది. మీ ఆలోచనలే మీ ప్రపంచాన్ని రూపొందిస్తాయి. మీరు దేని మీద శ్రద్ధ పెడితే అదే మీ విధిని రూపుదిద్దుతుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 3

మీకు ఒక్క ప్రతికూల ఆలోచన రావడానిక్కూడా వీల్లేదు. వేధించే ఆలోచన పిండం లాంటిది: ఇది చిన్నగా మొదలై పెరుగుతూనే ఉంటుంది. చివరికి అది తనను తానే మింగేస్తుంది. మీకు పనికిరానిదాన్ని పోషించడం ఆపెయ్యండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 4

మార్పుకన్న ముందు జాగృతి ఉంటుంది. జీవితంలో దేనినైనా మార్చుకొనే ముందు, దాని గురించి ముందుగా తెలుసుకొని, దాని మీద శ్రద్ధ పెట్టాలి. దాన్ని గురించి తప్పనిసరిగా కొంత తెలుసుకోవాలి. మీకు తెలియని బలహీనతను అసలు అదేమిటో తెలియకుండా రూపుమాపలేరు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 5

మీ బుద్ధిని, హృదయాన్ని, శరీరాన్ని, ఆత్మను ఈ ప్రపంచంలోకి మరింత విశిష్టత తెచ్చేలా రూపొందించుకుంటూ ఉంటే మీ సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసినట్టు. మీ అంతరిక ప్రపంచంలోని ఈ నాలుగు కోణాలను మేల్కొలప గలగడమే మీరు చేయాల్సిన ఉత్తమమైన పని. అంతరిక శ్రేష్ఠత్వమే బాహ్య గొప్పదనానికి దారితీస్తుంది. మీ లోపల ఉన్న దానికన్న మీ బాహ్య జీవితం ఎన్నటికీ పెద్దది కాదు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 6

మీ మానసిక చలనచిత్ర తెరమీద ప్రేరణనిచ్చే ఊహాచిత్రాలను నిరంతరం చూస్తూ ఉంటే, జీవితంలో అద్భుత సంఘటనలు జరగడం ఆరంభమవుతుంది. "జ్ఞానం కన్న ఊహాశక్తి ఎంతో ముఖ్యం" అని ఐన్‌స్టీన్ అన్నాడు. కొన్ని నిముషాలైనా సరే, రోజూ కొంతసేపు సృజనాత్మకంగా మనసులో ఊహా చిత్రాలను చూడడం అలవాటు చేసుకోండి. అసాధారణ కార్యాలన్నీ కలలతోనే మొదలవుతాయి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 7

మనలో చాలామంది బాహ్య ప్రయాణం నుంచి ఆంతరిక ప్రయాణంపై దృష్టిని మరల్చాం. చాలామందికి మానవయాత్ర ఆంతరికయాత్ర. శాశ్వత విజయానికి ముఖద్వారం బయటికి తెరుచుకోదని, లోపలికి తెరుచుకుంటుందని మనం గుర్తించాం. మనలో ఉన్నవే గొప్పనిధులు. ప్రపంచ కమ్యూనిటీగా ఈనాడు మనం మన ఆత్మలకు ఏం కావాలో బాగా ఆలోచిస్తున్నాం, వ్యక్తిగత ఎదుగుదల కార్యకలాపాలకు ఎక్కువ సమయాన్ని వెచ్చిస్తున్నాం, ప్రేమగా, సానుభూతిగా ఉంటూ వారసత్వాన్ని అందిస్తున్నాం. విజయం ముఖ్యమే కాని ప్రాముఖ్యం మరింత మంచిది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 8

భావాలు ఆత్మకి ముఖద్వారాలు, వాటిని గుర్తించి, పూర్తిగా అనుభవించాలి. భావాల్లో ముఖ్య సమాచారం ఉంటుంది. వాటిని పూర్తిగా అర్థం చేసుకుంటే అవి మీ ఆత్మబంధాన్ని పోషిస్తాయి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 9

మీ జాగృతి విస్తృతమవుతున్న కొద్దీ అంతకుముందు మీకు తెలియని, మీరు చూడని ఎన్నో విషయాలు తెలుస్తాయి. మనకేమి తెలియదో మనకు తెలియదు – అంతరంగంలోకి చూసుకుంటే తప్ప. ఇక్కడంతా బాగానే ఉంది. ఇప్పుడు మీరు తెలుసుకున్నది మిమ్మల్ని మరో అద్భుత ప్రదేశానికి తీసుకొని వెళుతుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 10

మీ బాహ్య ప్రపంచాన్ని అంటే మీ వృత్తినిగాని మీ బంధుత్వాలనుగాని, ఆర్థిక విషయాలను గాని మెరుగుపరచుకోవాలనుకుంటే మీ ఆంతరిక ప్రపంచాన్ని మొదట తప్పనిసరిగా మెరుగుపరుచుకోవాలి. దీనికోసం నిరంతరం ఆత్మని మెరుగుపరుచు కుంటూ పోవడమే అత్యంత సమర్థమైన మార్గం. జీవితనిపుణతా డిఎన్ఎ ఆత్మ నిపుణతే. గొప్పదనం ఆంతరిక క్రీడ.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 11

మన సమాజంలో, అజ్ఞానులను తరచుగా బలహీనులుగా భావిస్తాం. అయితే ఎవరైన తమకు జ్ఞానం లేదని తెలుసుకుని, జ్ఞాన సముపార్జన చేస్తే వారే మిగిలిన వారికన్న వివేకమార్గంలో ముందుంటారు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 12

జెన్ సంప్రదాయం ఆరంభకుల మనస్సును గురించి చెబుతుంది: కొత్త భావనలను తెలుసుకొనడానికి మనసును సంసిద్ధంగా ఉంచుకొనేవారు - తమ కప్పులను నిరంతరం ఖాళీగా ఉంచుకునేవారు - నిరంతరం ఉన్నత స్థాయిలలో విజయాన్ని, సంతృప్తిని పొందగలరు. చాలా మౌలికమైన ప్రశ్న అయినా సరే అడగడానికి వెనుకాడరాదు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 13

భయం నియంత్రితమైన ప్రతిస్పందన. జాగ్రత్తగా లేకపోతే మీ శక్తిని, సృజనాత్మకతని, స్ఫూర్తిని, సులభంగా జీర్ణం చేసేసుకునే, జీవితాన్ని ఇంకింప జేసే అలవాటు. భయం తన వికృతముఖాన్ని చూపగానే, దాన్ని వెంటనే అదిమి వెయ్యండి. భయపడే పనిని ముందుగా, వేగంగా చేసేయడమే దానికి ఉత్తమ మార్గం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 14

భయం ఎలా ఉంటుందో తెలుసుకోండి. ఇది మీరు సృష్టించుకున్నదే. మనం భయపడే చాలా విషయాలు ఎప్పుడూ జరగవు కూడా. మరి భయాలకు మీ జీవితాన్ని అంకితం చెయ్యడమెందుకు?

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 15

మానవ ప్రగతి అంతా, ప్రపంచంలో వచ్చిన నూతన ఆవిష్కరణలు అన్నీ- నిప్పును కనుక్కోవడం దగ్గర్నించి, పర్సనల్ కంప్యూటర్‌ను సృష్టించడం వరకూ అన్నీ – గుంపు మాట వినకుండా ధైర్యంగా తామనుకున్నది రైటని భావించి, అనిశ్చితిని, భయాన్ని అణచిపెట్టి ముందుకు వెళ్ళినవారు సృష్టించినవే.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 16

ఇబ్బందులు పడటమంటే భయాన్ని నిద్రలేపడమే. కాని ఇబ్బంది పడటానికి సిద్ధమైతే చాలా సజీవంగా ఉన్నట్టు. ఇబ్బంది పడుతున్నపుడు సజీవంగా ఉంటాం. ధైర్యంగా మన జీవితాల్లో మనకు తెలియని కోణాలను తెలుసు కుంటాం. పెద్ద ఇబ్బంది గొప్ప జీవితం. చిన్న ఇబ్బంది చిన్న జీవితం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 17

మీ గొప్పదనాన్ని వాయిదా వేయడమెందుకు? మీ కలలను సాక్షాత్కరింపచేసు కొనడానికి, జీవితంలోని రసాస్వాదనకు ఇంతకన్న మంచి సమయం ఎప్పుడూ రాదు. మరి ఈ రోజే ప్రయత్నిస్తే పోలా?

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 18

మనలో ప్రతి ఒక్కరం ఎవరికి వారే చెప్పుకున్నా కాని మన జీవితానికి సంబంధించిన కథను సృష్టించుతాం, కొంతమంది కథ మొత్తం బాధితుడుగా ఉండడం కావచ్చు. బాధితుడుగా ఉండడం తేలిక. మీ జీవితం ఇలా ఉన్నందుకు మీరు బాధ్యత వహించాల్సిన పని ఉండదు. జీవితంలో వచ్చే కష్టాలకు ఇతరులను నిందించవచ్చు, మిమ్మల్ని మీరు తరచి చూసుకుని అవసరమైన మార్పులు చేసుకోనవసరం లేదు. అయితే మీరు బాధితుడుగా ఉంటే, మిమ్మల్ని బాధించే దానికి మీశక్తిని ధారపోస్తున్నారు. ఇలా జీవించడం చాలా నిర్వీర్యంగా జీవించడం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 19

వ్యక్తిగత పరివర్తన పరుగు పందెం కాదు. వాస్తవానికి కొన్నిసార్లు ఎంత గట్టిగా ప్రయత్నిస్తే అంత ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. చాలామంది ఆత్మశోధనను తీవ్రక్రీడగా భావిస్తారు- అత్యంత వేగంగా ఉపశమనం పొందేయాలి అనుకుంటారు. పుస్తకం తర్వాత పుస్తకం చదువుతుంటారు. గురువులమీద గురువులను ఆశ్రయిస్తారు. సదస్సుల మీద సదస్సులకు హాజరవుతారు. తమని ఇబ్బంది పెడుతున్న పెద్ద సమస్యలకు సమాధానాలు కోరుకుంటారు. కాని తన జీవితంలోని మిస్టరీని జాగ్రత్తగా గమనిస్తూ వ్యక్తిగత ఎదుగుదల ప్రక్రియను ఆనందించలేని వాడు భయపడుతున్న వ్యక్తి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 20

రోజంతా ఏం ఆలోచిస్తారో అదే మీరు. రోజంతా మీకు మీరేం చెప్పుకుంటారో అదే మీరు. మీరు వృద్ధులై అలసి పోయారనుకుంటే, ఈ మంత్రం మీ బాహ్య వాస్తవికతలో సాక్షాత్కారిస్తుంది. ఒకవేళ మీరు నీరసంగా, ఉత్సుకత లేకుండా ఉన్నారని అంటే అదే మీ ప్రపంచం అవుతుంది. కాని మీరు ఆరోగ్యంగా, చురుగ్గా, సంపూర్ణ చైతన్యంతో ఉన్నారనుకుంటే, మీ జీవితం మారిపోతుంది. మాటలకు విశిష్టమైన శక్తి ఉంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 21

మీకు తెలియని బలహీనతను మీరు రూపుమాపలేరు. అననుకూలమైన అలవాటు మానుకోవాలంటే అది ఉందని మీకు తెలియాలి. మార్చుకోవాలనుకున్న ప్రవర్తన ఏదో మీకు తెలిస్తే, మీకు సాయపడేదాన్ని అలవరచుకొనడం సులభమవుతుంది. వెలుతురులో నీడలు కరిగిపోయినట్టుగా ఆత్మజాగృతి కలిగితే బలహీనతలు అదృశ్యమౌతాయి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 22

వ్యక్తులు సామాన్యంగా, సాధికారతలేని జీవితాలను గడపడానికి ప్రాథమిక కారణం భయం. చాలా భయాలు భ్రమలే.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 23

స్వాతంత్ర్యం ఇల్లు లాంటిది. ఒక్కో ఇటుక పేరుస్తూ నిర్మించుకుంటారు. మీరు పేర్చాల్సిన మొదటి ఇటుక సంకల్పశక్తి. ఈ గుణం ఉంటే ఎప్పుడైనా సరే సరైన పనే చేస్తారు. ధైర్యంగా పనిచేసే శక్తినిస్తుంది ఇది. ఉన్న జీవితాన్ని మాట్లాడకుండా అనుభవించకుండా, మీరు ఊహించుకొన్న జీవితాన్ని జీవించే నియంత్రణను ఇది మీకు ఇస్తుంది. పశ్చాత్తాపానికి విరుగుడు క్రమశిక్షణ.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 24

మనసు బహుముఖీనమైన ఉపకరణం. ప్రణాళికారచనకు, సహనంతో తరచి చూసుకొనడానికి, గతంలోని పొరపాట్లు మళ్ళీ చేయకుండా ఉండడానికి దీనిని ఉపయోగించాలి. మనసు ద్వారా జ్ఞానాన్ని సముపార్జించవచ్చు. జీవిత బోధనల నుంచి విద్యను పొందవచ్చు. కాని చాలామంది విషయంలో జరిగినట్టుగా మనసు మాత్రమే పని చేస్తుండకూడదు. హృదయాన్ని, మనస్సుని సంతులనంతో సమన్వయిస్తూ జీవించడం నేర్చుకోండి. నిజానికి హృదయం చెప్పినట్టుగా నడచుకోండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 25

చాలామంది మనసులో రేగే ఆలోచనలన్నీ ఎక్కువగా ఒక పని ఎందుకు చేయకూడదు అని కాని, ఓడిపోతే కలిగే దుష్పరిణామాల గురించి కాని అయి ఉంటాయి. మనసు చాలా తరచుగా మనని చిన్నగా చేసేస్తుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 26

విజయవంతంగా జీవించడానికి అవసరమైన నిత్య సత్యాన్నొకదానిని ఇలా చెప్పవచ్చు: మీ ఆలోచనలే మీలోకాన్ని రూపొందిస్తాయి. జీవితంలో దేని మీద దృష్టి కేంద్రీకరిస్తే అది పెరుగుతుంది. ఆలోచిస్తే అది విస్తరిస్తుంది. నిరంతరం ఏం చేస్తారో అది మీ విధిని నిర్ణయిస్తుంది. జీవితం ఆత్మతృప్తి నిచ్చే జోస్యం – ఇది మీరు దాన్ని ఏం కోరితే అది ఇస్తుంది. మీ పర్యావరణం చుట్టూ బాగా పరిశీలించండి. మీరు కలిసి ఉండే మనుషులు, మీరు చదివే పుస్తకాలు, మాట్లాడే మాటలు, రోజువారీ మీ చుట్టూ ఉండే భౌతిక పరిసరాల ద్వారా మీ ఆలోచనలు రూపొందుతాయి. మీరు పనిచేసే పర్యావరణాన్ని, నివసించే పర్యావరణాన్ని బాగు చేసే చర్యలు తీసుకుంటే, వెంటనే మీ ఆలోచనలోను, భావంలోను, పనిలోను మెరుగుదలను గమనిస్తారు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 27

జీవితంలో అన్నీ ఉత్తమంగా కావాలనుకుంటే ప్రతిరోజూ, ప్రతి గంట, ప్రతి నిముషం పూర్తిగా వర్తమానంలో మనస్ఫూర్తిగా పనిచేయండి. ఎంత ప్రయత్నించినా, చాలా రోజులు మన మనస్సు ఏకకాలంలో పది భిన్న ప్రదేశాల్లో ఉంటుంది. పనికి వెళుతూ కూడ నడకలోని ఆనందాన్ని అనుభవించకుండా ఆఫీసుకు వెళ్ళాక బాస్ ఏమంటాడో లేకపోతే మధ్యాహ్నం ఏం తింటామో అని గాని, ఆరోజు పిల్లలు బడిలో ఏం చేస్తున్నారో అని గాని ఆలోచిస్తాం. మన మనసులు కుక్కపిల్లల్లా గెంతుతూ ఉంటాయి. తూర్పు దేశాల్లో మనసుని రాటకు కట్టని కోతి అంటారు. అది ఎప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఒకచోట ఉండకుండా గెంతుతూ ఉంటుంది. ప్రస్తుత క్షణం పట్ల జాగృతి, మానసిక శ్రద్ధ ఉంటే మీకు జీవితంలో ప్రశాంతత లభించడమే గాక, మీ మానసిక శక్తినంతటినీ పూర్తిగా ఉపయోగించుకోగలుగుతారు. అదే గొప్పదనానికి ఆరంభం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

ఫిబ్రవరి 28

ఏకాగ్రతా సామర్థ్యం లేకుండా జీవితంలో సంపూర్ణంగా తృప్తి లభించదు. పని పూర్తయ్యే వరకు మానసికంగా దాని మీద శ్రద్ధ పెట్టలేకపోతే, మీ లక్ష్యాలను మీరెన్నడూ సాధించలేరు. కలలు కనలేరు. జీవితం చూపే విస్మయాల ప్రక్రియను అనుభవించలేరు. ధ్యానం పర్వతాల మీద కూర్చుని ఉండే సన్యాసులకి మాత్రమే సంబంధించింది కాదు. ప్రపంచంలోని ఎంతో వివేకవంతులైనవారు మనసు మీద నియంత్రణ కోసం పెంపొందించిన నిపుణత ఇది. దీనిని సంపాదిస్తే, యోగ్యమైన లక్ష్యాల కోసం తన శక్తినంతా ఉపయోగించగలదు. మనసు ఏ రకంగా పని చేయడానికి ఉద్దేశింపబడిందో ఆ విధంగా శిక్షణ ఇచ్చే పద్ధతి ధ్యానం. ఇక్కడొక ముఖ్య ప్రయోజనం కూడా ఉంది. రోజూ ఇరవై నిముషాల పాటు ధ్యానం చేసిన తర్వాత మీకు కలిగే శాంతి, ప్రశాంతత మిగిలిన రోజంతా మిమ్మల్ని ప్రేరితం చేస్తుంటాయి. 5000 ఏళ్ళ క్రిందటి ఈ మానసిక శిక్షణ శాస్త్రానికున్న శక్తిని తెలుసుకోవడం తప్పనిసరి.



మార్చి

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

గమ్యం, జీవిత ప్రయోజనం

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 1

మనసుని హృదయాన్ని సంతులతతో ఉంచండి. కలల వెంట పరిగెత్తడం, పనులు చేయడం మధ్య సంతులనం పాటించాలి. పనులు జరిగేలా కృషి చేస్తూ ఉన్నత ప్రణాళికపై విశ్వాసముంచాలి. జీవిత ఉద్దేశం మనం ఉన్నత జీవులుగా ఉండడమని గ్రహించండి. ఎన్నో లోటుపాట్లున్నా మనం మనుషులమని, ఎన్నో ప్రియమైన సంతోషాలున్న ప్రపంచంలో నివసిస్తున్నామని – వాటిని ఎటువంటి అపరాధ భావన లేకుండా అనుభవించవచ్చనే సంతులిత జాగృతిని కలిగి ఉండండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 2

మీక్కావలసిన దానికోసం, ప్రేమతో ఇంక దేన్నీ పట్టించుకొనకుండా ప్రయత్నిస్తూ ఉంటే, నక్షత్రాలను సముద్రాలను సృష్టించిన శక్తి మీ సొంతమవుతుంది. మీ అవగాహనకు అందని ఎన్నో విషయాలు మీ జీవితంలో జరుగుతూ ఉంటాయి. మీ జీవితంలో ఏదో ఇంద్రజాలం ప్రవేశిస్తుంది. మీరు సరైన మార్గంలోనే ఉన్నారనే సూచనలిచ్చే సంకేతాలు కనిపిస్తాయి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 3

మీరు చేయగలిగినంత బాగా చేసి మిమ్మల్ని మీరు శ్రేష్ఠత్వానికి అంకితం చేసుకుంటే, జీవితం మీకు అండగా ఉంటుంది. మీరెక్కలకు ఎగిరేశక్తినిస్తుంది. తన ఆదర్శాల కోసం పాటుపడే మనిషిని, తానేం కావాలో అది కావడానికి ప్రయత్నించే మనిషిని అది గమనిస్తుంది. అటువంటి ప్రయత్నమేదీ కూడా ప్రపంచాన్ని గమనించే కళ్ళ నుంచి తప్పించుకోదు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 4

మనకు ఇచ్చిన ప్రతిభలన్నీ - మనలో ప్రతి ఒక్కరికీ ప్రతిభలున్నాయి - ఇవన్నీ కారణం లేకుండా ఇచ్చినవి కావు. మనకిచ్చిన ప్రతి ప్రతిభతోనూ దాన్ని అభివృద్ధి చేసి ప్రపంచంలోని ప్రజల జీవితాలను సుసంపన్నం చేసే బాధ్యత కూడ మనకు ఇవ్వటం జరిగింది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 5

జీవితం నుంచి తమకేం కావాలో ఆలోచించి నిర్ణయించుకోలేని వ్యక్తులు, ధైర్యంగా దానిని సాధించడానికి ప్రయత్నించని వ్యక్తుల హృదయాల్లో భయాలు మెదులుతుంటాయి. మీ స్వాతంత్ర్యాన్ని లాక్కునే అవకాశం భయాలకు ఇవ్వవద్దు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 6

నా మనోభావాలకు, నా చేతకానితనానికి, పొరపాట్లకు గ్రహగతులు కారణమని అనుకుంటే, మనిషిగా నాకివ్వబడిన శక్తులను గ్రహాలకు, చంద్రుడికి, నక్షత్రాలకి ఇచ్చేస్తున్నట్టు. అలా బ్రతకడం చాలా నీరసమైన పద్ధతి. మీరు మీ మనోభావాలు కాదు. వాటికంటె ఎంతో ఉన్నతమైన శక్తి అని గుర్తుంచుకోండి. మీరు మీ మనస్తత్వం కాదు దానికన్న ఎంతో వివేకమున్న శక్తి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 7

మన ఆలోచనలు మనం కాదు. మన మనసులో కలిగే ఆలోచనల సృష్టికర్తలం మనం. ఈ వాస్తవాన్ని గురిస్తే మనం మార్చుకోవాలంటే మన ఆలోచనలు మార్చుకోవచ్చు. మీరెలా మీ ఆలోచనలు కారో, అలాగే మీ మనోభావాలు మీరు కారు. మీరనుభవించే మనోభావాల సృష్టికర్త మీరు. వాటిని మీరు క్షణంలో మార్చగలరు. మీరు కావాలనుకుంటే, ఒత్తిడి అనిపిస్తున్నపుడు ప్రశాంతంగా ఉండగలరు, విచారంగా అనిపిస్తున్నప్పుడు సంతోషంగా ఉండగలరు, అలసటగా ఉన్నపుడు శక్తిమంతులుగా ఉండగలరు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 8

విశిష్టమైన జీవితానికి మార్గం మనల్ని మనం తెలుసుకొనడంలో, మన అత్యున్నత సామర్థ్యాలను తెలుసుకొనడంలో, ప్రాథమికంగా వ్యక్తులుగా మనమెవరమో అర్థం చేసుకొనడంలో ఉంది. అప్పుడు అవసరమైన జ్ఞానంతో మనమేం చెయ్యడానికి పుట్టామో అది చెయ్యడానికి, మనం సృష్టించవలసిన మంచితనం సృష్టించడానికి ప్రపంచంలోకి వెళ్ళగలం. గుర్తుంచుకోండి, మీకు ప్రకాశించవలసిన బాధ్యత ఉంది. జీవితాన్ని సామాన్యంగా గడపాలనుకుంటే ఈ ప్రపంచం కూడా చిన్నదైపోతుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 9

వ్యక్తిగత గొప్పదనానికి ఆత్మపరీక్ష మొదటి అడుగు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 10

పరిశీలించుకొనడం వివేకానికి తల్లి. మనమిక్కడ ఎందుకున్నాం, మనమెలా జీవిస్తున్నాం, జీవితం మనకిచ్చిన అత్యున్నత ప్రతిభలను అంత ఉన్నతంగా మనం ఉపయోగిస్తున్నామా అని రోజూ కొంత సమయం తీసుకుని పరిశీలించు కోవాలి. రోజూ ఆలోచించుకోవడానికి సమయం ఉంచుకోండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 11

జీవితాలను మార్చుకొనడానికి నెలలు, ఏళ్ళు పడుతుందని చాలామంది అనుకుంటారు. వాస్తవానికి, ఏది ఏమైనా సరే - ఇప్పుడున్న విధంగా ఇంక ఉండకూడదు అనే ఒకే ఒక్క నిర్ణయంతో ఒక్క క్షణంలో జీవితాన్ని మార్చుకో గలరు. ఆ నిర్ణయానికి కట్టుబడి జీవించడానికి నెలలు, సంవత్సరాలు కొన్నిసార్లు దశాబ్దాలు కూడ పట్టవచ్చు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 12

సూర్యకాంతిలో నీడ అదృశ్యమైనట్లుగా, మానవజాగృతితో చూసినప్పుడు భయం కూడా ఆవిరైపోతుంది. అంతరంగంలోకి చూసుకోండి. మిమ్మల్ని మీరు మెరుగుపరచుకోవాలని నిశ్చయించుకోండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 13

మనం ప్రతిఘటించేది ఉండిపోతుంది. ఒకవేళ మనం ఆంతరిక పరిశీలన చేసుకోకుండా, భయాలను తెలుసుకోకుండా ఉంటే అవెప్పుడూ మనల్ని భయపెడుతూనే ఉంటాయి. మనకు గనుక ఆత్మపరిశీలన చేసుకొనే ధైర్యం ఉండి, మన భయాలేమిటో తెలిస్తే, అవి మనలోంచి పోతాయి. వాటి నుంచి మనకు విముక్తి. మనం వేటితో స్నేహంగా ఉంటే, అలా మారతాం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 14

మీకు ఇష్టం లేనివేమిటో తెలుసుకోండి. భయాలు, నిరాశానిస్పృహలు కలిగినపుడు మిమ్మల్ని మీరు పరిశీలించుకోండి. స్వయంబాధ్యతను వదలిపెట్టి, ఇతరులను నిందించవద్దు. వ్యక్తిగా మరింత శక్తిమంతంగా ఎదగడానికి, ప్రశాంతంగా ఉండడానికి ముఖ్యమైన మార్గమిది. మన జీవితాలు దర్పణాలు. జీవితం మనకు కావలసినది ఇవ్వదు. మనమేమిటో అదే ఇస్తుంది. మనం మరింతగా ప్రకాశిస్తూ, ఉన్నతంగా ఉన్నప్పుడు మన బాహ్యజీవితాలు తప్పని సరిగా మనను అనుసరిస్తాయి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 15

మీరెవరైనా కానీండి, మీ నేపథ్యమేదైనా కానీండి, మీ జీవితంలోని సంఘటనలను ఎలా ఎదుర్కొనాలో నిర్ణయించుకునే శక్తి మీకు ఉంది. మనకు జరిగేది అంతా నిర్ణయించుకునే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉండడం అనేది మానవులుగా మనకు లభించిన పెద్ద బహుమతి అని భావిస్తాం. అందుకని మీ పరిస్థితులు బాగుపడడానికి ఇతరులు మారాలని అనుకోవద్దు. మీరు ముందుకు నడవండి. ఉదాత్త మార్గాన్ని ఎంచుకోండి. అవసరమైన మార్పులన్నీ మీరు చేసుకోగలుగుతారు. మీ చుట్టూ ఉన్నవారు కూడ కాలక్రమంలో అనుసరిస్తారు. ఇతరులను ప్రభావితం చేయడానికి మనం ఉదాహరణ ప్రాయులుగా ఉండడం ఉత్తమ మార్గం. మీరెలా ఉండాలనుకుంటారో అలా ఉండండి. ఇతరులూ అలాగే ఉంటారు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 16

మీరున్న పరిస్థితులలో మానసికంగా మీరేర్పరచుకున్న ఒప్పందాలు మీ నమ్మకాలు. అంతకుమించి ఏమీ కావు. కొంతమంది తమ ప్రేమను వ్యక్తీకరించడానికి రోజూ చాలాసార్లు పిల్లల్ని కౌగలించుకోవడానికి తీరికలేదని భావిస్తారు. అలా చెబుతూ వారు చెప్పిన విషయాన్ని సమర్థించుకొనడానికి తమతో తాము ఒక ఒప్పందాన్ని చేసేసుకున్నారు. గతంలో ఎంతో కష్టపడ్డాం. కనుక ఇకముందు ఎప్పుడూ ఉన్నతంగా జీవించలేమని కొందరు అనుకుంటారు. అలా చేయడం ద్వారా వారు తమతో తాము ఒప్పందానికి వచ్చి, ఆ 'వాస్తవం'తో బతకడానికి తీర్మానం చేసుకున్నారు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 17

జీవితంలో మిమ్మల్ని వెనక్కి లాగేది మీరేమిటో కాదు. మీరు కాదని మీరనుకునేది. మీ ఆంతరిక ప్రపంచంలో జరిగేది ఇదే. బాహ్య ప్రపంచంలో మీరు కావాలనుకునే అన్నిటినీ పొందకుండా మిమ్మల్ని నివారించేది ఇదే. ఈ లోచూపు మీకు కలిగిన క్షణం, మనసులో పరిమితం చేసే ఆలోచనలు వదిలిపెడితే, మీ వ్యక్తిగత పరిస్థితులలో తక్షణమే మెరుగుదల కనిపించడం గమనిస్తారు.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 18

కొన్నిటిని సాధించినప్పుడు సంతోషం కలగదు. కొన్ని ఆలోచనలు వచ్చినపుడు, కొన్ని భావాలు కలిగినపుడు సంతోషం కలుగుతుంది. సంతోషం ఒక మానసిక స్థితి. అంతకన్న ఏం కాదు. మీ జీవితంలోని సంఘటనలను గురించి ఆలోచిస్తున్నపుడు మీరు సృష్టించుకునేదే ఇది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 19

మీ అసలైన ఆత్మను జాగృతం చేయడానికి నాలుగు కోణాలున్నాయి. అలా జరిగితే మీరు పరిపూర్ణులవుతారు. మీ మనసు, మీ శరీరం, మీ హృదయం, మీ ఆత్మ. ఈ నాలుగు కోణాలను మీరు మేల్కొలిపితే, నిజంగా మీరెవరో మీకు గుర్తువస్తుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 20

మరొకరు రాసిన పుస్తకాన్ని చదవడం వారి సత్యాన్ని చూడడం. ఒక సదస్సులో వక్త చెప్పే ఉపన్యాసం వింటే, వారి సత్యాన్ని వినడం వారికి ప్రపంచం, జీవితం పట్ల గల తాత్వికతను అర్థం చేసుకొనడం. మీ ప్రయాణంలోని ఈ దశలో ఇది బాగానే అనిపించవచ్చు. ఇతరులేం ఆలోచిస్తున్నారో తెలుసుకుంటే, మీరేమను కుంటున్నారో తెలుసుకొనడానికి అది సహాయకారిగా ఉంటుంది. మీ తాత్వికతని బట్టి మీరు జీవిస్తే నిజమైన విజయం లభిస్తుంది. మీరెక్కడికి వెళ్ళాలని అనుకుంటారో అక్కడికి వెళ్ళడానికి మిమ్మల్ని మీరు నమ్మండి.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 21

ప్రపంచాన్ని నడిపే సహజసూత్రాలలో ఒకటేమిటంటే, జీవితంలో మీకు అవసరం లేని దాని మీద దృష్టి పెడితే, వాస్తవానికి మీక్కావలసినది రాకుండా అడ్డుకుంటు న్నారు అని. దేనిమీద శ్రద్ధ పెడితే అదే జీవితంలో పెరుగుతుంది. ఏది వద్దో దాని మీద శ్రద్ధ పెడితే అదే మరింతగా లభిస్తుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 22

ఆలోచనలు గాలివాన లాంటివి. అది మధ్యాంతాలుంటాయి. వాటిని కొంచెం కదిపితే గాయాల్లా బాధపెడతాయి. వాటిని పట్టించుకొని జాగృతంగా ఆలోచిస్తూ పోతే, వాటిని వదిలించేసుకోగలం. అవి పూర్తయిపోతాయి. మనకి మరింత ఆరోగ్యం.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 23

మనుషులుగా మనకు ఎప్పుడూ అవకాశాలుంటాయి. మనలో ప్రతి ఒక్కరికి మనకి తెలియని ఎన్నో అవకాశాలుంటాయి. జీవితంలో ఎంతో పరిమితం అయి పోయామని, ఇప్పుడు చేస్తున్నదే చేస్తూ జీవించాలని అనుకుంటాం. అది బాధితులు మాట్లాడే భాష. అంతా మీ చేతుల్లోనే ఉంది – మీ సామాజిక ఆత్మ నుంచి అసలైన ఆత్మ వరకు ఇంటికి వెళ్ళే మార్గంలో మీరెంత దూరం వెళ్ళాలనుకుంటారో – మీరే నిర్ణయించుకోవాలి. మీ జీవితంలో అనుకున్నట్టుగా జరగకపోవడానికి మీరే కారణమని వ్యక్తిగత బాధ్యతను మీరు తీసుకొని, దేనిని మెరుగుపరచాలో దానిని మెరుగుపరుస్తూ ధైర్యంగా పనిచేస్తూ పోతే, ఇంతవరకూ మీకు తెలియని ఎన్నో ద్వారాలు తెరచుకొనడం మొదలవుతుంది.

వ్యక్తిగత గొప్పతనం

మార్చి 24

సత్యం, ఆత్మ జాగృతి మార్గంలో సహనం అవసరం. మీరనుకున్నపుడే జీవితం కూడా అనుకోకపోవచ్చు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మార్చి 25

మీరు కలగన్న దానికన్న మీరెంతో గొప్పవారు. ఇప్పుడు మీరు జీవితంలో ఏమి అనుభవిస్తున్నారనే దానితో సంబంధం లేకుండా, అంతామంచేనని, మీ ప్రయోజనం కోసమే జరుగుతున్నదని నమ్మండి. ఇది అందంగా ఉండక పోవచ్చు కాని మీరెటువంటి వ్యక్తిగా అవ్వాలని ఉందో అలా అవడానికి ఇదంతా మీరు నేర్చుకోవాలి. మిమ్మల్ని వీలైనంత గరిష్టంగా మనిషిగా పరిణమింపచేసేలా స్ఫూర్తినివ్వడానికి, మీకు మీ అసలైన శక్తిని అందించడానికి వీలుగా మీ జీవితంలో జరిగే ప్రతిదీ నిర్దుష్టంగా నియమితమై ఉంది. జీవితం చెప్పేది నేర్చుకోండి. మీరెక్కడికి చేరాలో అక్కడికి దానిని తీసికెళ్ళనివ్వండి- దానికి మనసులో మీ ఉన్నత ప్రయోజనాలే ఉన్నాయి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మార్చి 26

ఇతరులకు ఎంత ఎక్కువ ఇస్తే, చివరికి మీకు అంత ఎక్కువ లభిస్తుందని సమృద్ధి సూత్రం చెబుతుంది. జీవితంలో సమృద్ధి, సంపద కావాలంటే మీరు ఎక్కువగా ఇవ్వాలని నేను కనుగొన్నాను. సమృద్ధి ఒక శక్తి. ఇది ప్రపంచంలో తిరుగుతూ ఉంటుంది. దీన్ని ఎంత ఎక్కువగా బయటికి పంపితే అంత ఎక్కువ తిరిగి మీకు చేరుతుంది. మంచి చేసే వారికి ఎప్పుడూ మంచే జరుగుతుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మార్చి 27

మీరు వెదికేదంతా మీకు దొరుకుతుందని, దానికోసం తయారుగా ఉండి, వస్తుందని అనుకుంటూ సహనంతో జీవిస్తూండాలి. మీకు సమాధానాలు దొరుకుతాయి. ప్రశాంతంగా ఉండండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మార్చి 28

ఆంతరిక శక్తి కన్న ప్రపంచానికి చెందిన బాహ్య అధికారం కోసం మనసు వెంపర్లాడుతుంది – డబ్బు, హెూదా, ఆస్తులు. బాహ్య అధికారంతో ఉన్న సమస్యేమిటంటే అది పోతుంది: డబ్బు, హెూదా, ఆస్తులు పోతే అధికారం పోతుంది. ఒకవేళ మీ గుర్తింపుని వాటికి అనుసంధానిస్తే, అవి లేనప్పుడు మీరెవరో కూడ మీరు మర్చిపోతారు. మీ లోపలి నుంచి వచ్చేదే – నిజమైన అధికారం.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మార్చి 29

హృదయం ఎప్పుడూ వర్తమానంలో నివసిస్తుంది. జీవితాన్ని ఎక్కడ జీవించాలో దానికి తెలుసు. హృదయానికి సంపూర్ణత్వం, ప్రేమ, దయ, అవగాహన, ఇతరులకు సేవ చేయడం వంటి ఉపశమనాలపై ఆసక్తి ఉంటుంది. మనలో ప్రతి ఒక్కరం అదృశ్యస్థాయిలో కలిసి ఉన్నామని మనందరికి సోదర, సోదరీ బంధం ఉందని, ఒకే కుటుంబమని దానికి తెలుసు. ఇతరులకు ఇస్తూ, వారి ఎదుగుదలకు దోహదం చేస్తూ వారి ఆత్మోన్నతికి సాయపడడంలో సంతోషం ఉందని దానికి తెలుసు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మార్చి 30

ఇప్పటివరకు మానవులుగా మన పరిణామ క్రమమంతా శారీరకంగా, బాహ్యంగా జరిగింది. ఇప్పటివరకు ఇది కూడబెట్టడం, దాచుకోవడం. ఆధిపత్యం వహించే విలువ "ఎక్కువ విజయాలు సాధించడం" - ఎక్కువ కీర్తి, ఎక్కువ అదృష్టం, ఇతరులపై ఎక్కువ అధికారం కలిగి ఉండడం. ఈ విలువల ప్రకారం చూస్తే 'బలంగలవాడే మనగలడు' అనే పరిస్థితి. ఇదంతా పోటీ గురించి. ఎందుకంటే ప్రతి ఒక్కరికి గెలవడానికి తగినంత లేదు. కాని ఒక జాతిగా ఉన్న మనకి ఈ తాత్త్వికత ఇంక సరిపోదు. ఇది కొరత వల్ల పుట్టింది. ఈ కొరత అనే ఆలోచన వెనుక భయం ఉంది. మన ఉద్దేశాలు, మన ఆలోచనలు బాహ్య ప్రపంచంలో మనం చూసే వాటిని సృష్టిస్తాయి. మనం చూసేదంతా కొరత - మనకి సరిపోయేంత ఎప్పుడూ ఉండదు. అందువల్ల చక్రం తిరగడం ఆరంభమవుతుంది. మనకి చాలినంత ఉందని ఎప్పుడూ అనుకోం. ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉండం.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మార్చి 31

ఈ రోజు నుంచి మీ జీవితంపై పూర్తి నియంత్రణ కలిగి ఉండండి. మీ అదృష్టానికి మీరే యజమాని అని నిర్ణయించుకోండి. మీ పందెం మీరే ఆడండి. ఆంతరిక పిలుపును గుర్తించండి. స్ఫూర్తిమంతమైన జీవితానందం అనుభవించడం మొదలుపెడతారు.

ఏప్రిల్

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 1

మనకేం కావాలో జీవితం వినాలని మానవులుగా మనం అనుకుంటాం. కాని జీవితం అలా పనిచేయదు. అది మనకేం కావాలో, మనకేది మంచిదో – మన కత్యంత ప్రయోజనకరమైంది ఏదో అది ఇస్తుంది. జీవితం చెప్పేది వినడం ఆరంభిస్తే జీవితం బాగా పనిచేస్తుంది. దానినే నడపనివ్వండి మిమ్మల్ని. నదిని ఎంతకని తోయగలరు?

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 2

మీరెక్కడికి వెళ్ళాలో అక్కడికే జీవితం మిమ్మల్ని చేరుస్తుందని నమ్మండి. దేనినీ ప్రతిఘటించకుండా, ఎదురవుతున్న అన్నిటికీ విధేయంగా ఉండండి. అలా చేయడం వల్ల, మీ గమ్యంవైపు నడుస్తున్నారని, అదే మీ అసలు మార్గమని మీకు నమ్మకం కలుగుతుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 3

జీవిత చరమాంకంలో, తమ కలలను సాకారం చేసుకోలేక పోయామని వ్యక్తులు పశ్చాత్తాపపడుతుంటారు. జీవిత చరమాంకంలోనో, మధ్య వయసులోనో, హఠాత్తుగా మేల్కొని ధైర్యం చేయలేకపోయానని, గొప్పవాణ్ణి కాలేకపోయానని, మీ శక్తి సామర్థ్యాలలో 1/10 వంతు భాగం కూడా ఉపయోగించుకోలేకపోయారని తెలిస్తే గుండె పగిలిపోతుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 4

గతం సమాధి. దానిలో జీవించడంలో అర్థం లేదు. ప్రతి అంతానికీ నూతనారంభం ఉంటుంది. రేర్ వ్యూ మిర్రర్‌లో చూస్తూ జీవితంలో ముందుకు వెళ్ళలేరు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 5

చాలామంది చనిపోయే ముందువరకూ జీవితమంటే ఏమిటో తెలుసుకోలేరు. మనం యువకులుగా ఉన్నపుడు సామాజిక ఊహలకు అనుగుణంగా ఉండాలని రోజులు గడిపేస్తాం. జీవితంలోని పెద్ద ఆశల వెంట పరిగెడుతూ చిన్న చిన్న ఆనందాలని కోల్పోతాం, వర్షం పడుతున్నపుడు పిల్లలతో చెప్పుల్లేకుండా పార్కులో నడవడం, గులాబీతోట వేయడం, సూర్యోదయాన్ని చూడడం వంటివెన్నో కోల్పోతాం. ఎత్తైన పర్వతాలను జయించిన యుగంలో మనమున్నాం కాని మనపై మనకి నియంత్రణ లేదు. మనకి పొడవైన భవనాలున్నాయి కాని, సహనం తక్కువ. ఎన్నో ఆస్తులున్నాయి కాని తక్కువ ఆనందం, మనసులు నిండుగా ఉంటాయి కాని జీవితాలు ఖాళీగా ఉంటాయి. జీవిత పరమార్థం తెలుసుకొనడానికి దానిలో మీరు నిర్వర్తించవలసిన మహత్తర పాత్రను పోషించడానికి మరణశయ్యమీద చేరేవరకు నిరీక్షించవద్దు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 6

ఎవరూ గమ్యాన్ని కనుక్కోలేరు. మీ గమ్యమే మిమ్మల్ని కనుక్కొంటుంది - మీరు అవకాశం వచ్చినప్పుడు దాన్ని అందుకునే ఆంతరికమైన కృషితో సంసిద్ధంగా ఉన్నట్లయితే అది మిమ్మల్ని కనుక్కొంటుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 7

గమ్యం కనుక్కోవాలని వేదన పడడం మానండి. మిమ్మల్ని మీరు తెలుసు కోవడానికి సమయం వెచ్చించండి. ప్రపంచానికి మీరు చూపించే ముసుగును తొలగించండి. మీరెవ్వరో నిజంగా తెలుసుకోవడానికి గాఢంగా ఆంతరిక కృషి చెయ్యండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 8

మనలో చాలామందికి సంతోషంగా, ఆరోగ్యంగా, సార్థక జీవితాలు గడపడానికి ఏం చెయ్యాలో తెలుసు. మనకు తెలిసినదాన్ని చేయకపోవడమే నిజమైన సమస్య. సరదాగా చేయగలిగేదాన్ని చేయడంగాని, సులభంగా ఉండేదాన్ని చేయడంగాని మాత్రమే విశిష్ట వ్యక్తిత్వానికి గుర్తుగాదు. తాను చేయాలనుకున్న దానికన్న నిరంతరం తను చేయవలసిన దాన్ని చేస్తూ, ముఖ్యమైన దానిని తప్పులు చేయకుండా నిర్వహించడం చేసే వ్యక్తిలో గాఢమైన నైతిక అధికార సంకేతం కనిపిస్తుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 9

మీరనుకున్నప్పుడే ప్రకృతి అనుకోవాలని లేదని గుర్తించండి. ప్రక్రియలో భాగంగా ఉండండి. మీకు అన్నిటికీ సమాధానాలు తెలియాలని లేదు, కనీసం ఇప్పటికప్పుడు ఒక పాఠం నేర్చుకోవడానికి మీరు సిద్ధంగా ఉన్నపుడు అది మీరు నేర్చుకుంటారు. సినిమాలో అన్ని ట్విస్టులు ముందుగా తెలిస్తే మజా ఏముంటుంది?

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 10

చాలామంది తాము అనుకున్న విధంగా తమ ప్రణాళికలు, లక్ష్యాలు లేకపోతే భరించలేరు. అటువంటి ఆలోచన ఉన్నవారికి ఆ విషయంలో నియంత్రణ అవసరం. ఆ నియంత్రణ అవసరం వెనుక తరచుగా వారి భయం ఉంటుంది. మీకు తెలిసినదానికన్న జీవితం మీ కోసం పెద్ద ప్రణాళికలు రచించి ఉంచింది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 11

ప్రణాళికలు వేసుకోండి. లక్ష్యాలు పెట్టుకోండి. కష్టపడి పనిచేసి కోరుకున్నది సాధించండి. బాధ్యతాయుతంగా ఉండే వ్యక్తి ఇలా చేస్తారు - ఉద్దేశాలు ఉండడం వల్ల చాలామంది చైతన్యంతో పనిచేస్తారనేది నిజమే. అయినా ప్రణాళికలు, లక్ష్యాలను గట్టిగా పట్టుకొని వేలాడకండి. తరచుగా, ఊహించని ప్యాకేజ్‌లో విశ్వం మీకు నిధిని పంపుతుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 12

మీ అవసరాలను తగ్గించుకుంటే తప్ప మీరెన్నటికీ సంతృప్తితగా ఉండలేరు. అదృష్టసంఖ్య కోసం 'మరోసారి, మరోసారి' అనుకుంటూ ఆశగా పందెం ఒడ్డే జూదగాడిలా ఉంటుంది మీ పరిస్థితి. ఉన్నదానికన్న మీకు ఎప్పుడూ ఎక్కువ కావాలి. పనిచేస్తూ కలల సాకారానికి మీ వంతు కృషి మీరు చేస్తే జీవితకాలపు ఆనందం మీ స్వంతమవుతుంది. ఇంద్రధనుస్సు చివర ఆకస్మికంగా దొరికే బంగారు కుండ మీకు సంతోషం కలిగించే పరిస్థితి ఉండకూడదు. గమ్యం కన్నా ప్రయాణం ఎంతో మెరుగైంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 13

మీలోనే సూర్యుడు, చంద్రుడు, ఆకాశం, విశ్వంలోని అద్భుతాలన్నీ ఉన్నాయి. ఈ అద్భుతాలను సృష్టించిన మేధస్సే మిమ్మల్నీ సృష్టించింది. మీ చుట్టూ ఉన్న అన్నీ కూడా దాని నుంచే వచ్చాయి. మనమంతా ఒకటే.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 14

మీ మనస్సుకి, ఆత్మకి పోషణ చేస్తూ ఉంటే జీవిత ఆత్మకు నిజంగా పోషణ నిస్తున్నట్లే. మిమ్మల్ని మీరు మెరుగుపరచుకుంటే, మీ చుట్టూ ఉన్న అందరి జీవితాలను మెరుగుపరుస్తున్నట్లే. మీ కలల దిశగా ముందుకు సాగే ధైర్యం ఉంటే విశ్వశక్తిని మీలోకి లాక్కోగలరు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 15

ఒక నిర్దిష్ట పాఠాన్ని నేర్చుకొనడానికి మీరు సిద్ధంగా ఉంటే, మీరు సరైన అనుభవాన్ని పొందుతారు. లేకపోతే ఆ అనుభవాన్నిచ్చి పాఠాన్ని నేర్పగలిగే వ్యక్తిని కలుసు కుంటారు. ఆ పాఠం నేర్చుకున్న తర్వాత, కొంతకాలం గడిస్తే అది మీకు ఒంట బడుతుంది. కంగారుపడాల్సిన పనిలేదు. ఇదంతా ఒక అందమైన ప్రయాణం. ఏ సమయంలోనైనా, మీరెక్కడున్నాసరే మీరక్కడ ఉండాల్సి ఉందని నమ్మండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 16

గమ్యం చేరే మార్గాన్ని నియంత్రించాలని ప్రయత్నించవద్దు. ఎందుకంటే మీరెంతగా ప్రయత్నించినా అది సాధ్యం కాదు. మీరు తెలివైన నిర్ణయాలు తీసుకోవచ్చు. మీ నిర్ణయాల ప్రభావం ఉంటుంది. కాని చివరకు మీరు నియంత్రించలేరు. మానవులమైన మనకి ఎంతో అహంకారం. విశ్వం కన్న మనమెంతో తెలివైన వారమని అనుకుంటాం. సూర్యాస్తమయాలు, ఇంద్రధనుస్సులు సృష్టించిన విశ్వం కన్న, నక్షత్రాలు, చంద్రుణ్ణి సృష్టించిన విశ్వంకన్న. ప్రపంచాన్ని సృష్టించిన సృష్టికర్త కన్న మనకేది మంచిదో మనకు బాగా తెలుసుననుకుంటాం.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 17

మీరు ఎదగడానికి నిర్ణయించుకుని, భయాల దిశగా నడుస్తూ పోతే, వ్యక్తిగత స్వాతంత్ర్యం, వ్యక్తిగత గొప్పదనంలో ఉన్నతోన్నత స్థాయులకు వెళ్ళగలరు. జీవితమంటే ఏమిటో నిజంగా తెలుసుకోగలుగుతారు. ప్రపంచాన్ని పాలించే విశ్వజనీన సత్యాలను, ప్రకృతి నియమాలను మీరు తెలుసుకొనగలుగుతారు. ఒకసారి మీకివి తెలిస్తే, వాటికి అనుగుణంగా మీరుండగలుగుతారు. ప్రపంచాన్ని నడిపే ప్రకృతి సూత్రాలకు అనుగుణంగా మీరుండగలిగితే, జీవితం దానంతటదే సఫలమవుతుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 18

మనం ఇరవైల్లో, ముప్ఫయిల్లో, నలభైల్లో ఎక్కువ విలువనిచ్చిన విషయాలకు జీవితం చివరలో విలువేమీ ఇవ్వం. ప్రస్తుతం మనలో చాలామంది విలువ నివ్వని విషయాలకు - గాఢమైన మానవ సంబంధాలు, దయాచర్యలు, శారీరకంగా ఆరోగ్యంగా ఉండడం, పనిని శ్రేష్ఠంగా చెయ్యాలని అంకిత భావంతో ఉండడం, వారసత్వాన్ని సృష్టించడం, మనను మనం మెరుగుపరచు కొనడానికి, మనలోని ఉత్తమత్వం ప్రకాశించడానికి కొంత సమయాన్ని కేటాయించుకొనడం వంటివి చివరకు అత్యంత విలువైనవిగా అనిపిస్తాయి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 19

మరణశయ్యమీద ఉన్నపుడు మనకి ఎక్కువ డబ్బుంటే బాగుండేదని, పెద్ద కారుంటే బాగుండేదని మనలో ఎవ్వరూ అనుకోరు. తుది శ్వాస ఆడుతున్నపుడు ధైర్యంగా, అసలైన, ప్రేమ పూరిత జీవితం గడిపి ఉంటే బాగుండేదని అనుకుంటాం.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 20

మనలో ప్రతి ఒక్కరికి మన జీవితంలో చివరికి ఏమవుతామో నిర్ణయించుకునే లెక్కలేనన్ని అవకాశాలు వస్తాయి. మనం తీసుకున్న నిర్దిష్ట నిర్ణయాల వల్ల మన గమ్యాలు నిర్ణయింపబడతాయి. మన జీవితాలకు సంబంధించిన ఒక రఫ్ డిజైన్నో, స్కెచ్నో ఆకాశంలోని ఆ శిల్పి వేశాడు. అది మనకు చేరుతుంది. మనం ఎన్నో వివరాలు తెలుసుకుంటాం.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 21

మనుషులుగా మనకు జరిగే దేనిపైనా మనకు నియంత్రణ ఉండదు – అదంతా విధి. జీవితం తన పద్ధతిలో అది నడుస్తుంది. అయితే జీవితం మనకు అందించే దానికి ప్రతిస్పందించడంపై మన నియంత్రణ ఎంతో ఉంటుంది. అది భాగస్వామ్యం: చేయగలిగినంత బాగా చెయ్యండి – మీ జీవితంలోని ప్రతి కోణంలోను మీకుతెలిసిన విధంగా బాగా చెయ్యండి. తర్వాత మిగిలినది జీవితాన్ని చేయనివ్వండి. ఒక పని అయ్యేలా చూడడం, ఒక పని చేయడం మధ్య సున్నితమైన సంతులనం ఉంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 22

చాలాసార్లు మన అదృష్టాన్ని మనం తయారుచేసుకోగలం. మంచి పనులు చేసేవాళ్ళకి మంచే జరుగుతుంది. ఒకసారి మీరు చెయ్యగలిగినంత బాగా చేసిన తర్వాత జరిగేది అంతా మీరు ఉత్తమంగా రూపొందడానికి అవసరమయ్యే ఎదుగుదలను అందించేది అని నమ్మండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 23

మన ఉత్తమ జీవితాల కోసం సాధ్యమైన ఎన్నోమార్గాలను మనకోసం రాసి ఉంచడం జరిగింది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 24

మానవాళి ప్రాచీన నియమాలలో బాగా వాడుకలో ఉన్నది ఏమిటంటే, మనం ప్రపంచాన్ని ఎలా ఉందో అలా చూడం. మనం ఎలా ఉన్నామో అలా చూస్తాం. మనమెవరమో బాగు చేసుకుంటూ, మెరుగుపడుతూ, ప్రపంచాన్ని మనం ఉన్నతమైన, స్పష్టమైన దృక్పథంతో చూస్తాం. మనపై మనకు నియంత్రణ వచ్చాక ప్రపంచంలోని అపరిమిత అవకాశాలను, సామర్థ్యాన్ని కొండ కింది నుంచి చూడకుండా కొండశిఖరం నుంచి చూస్తాం.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 25

శాంతి శిఖరాగ్రాన్ని చేరడానికి ఎన్నో మార్గాలున్నాయి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 26

కార్యాలయం నుంచి ఇంటికి వెళ్ళడానికి చాలాదారులున్నట్లుగానే, మీ ఉన్నత జీవితాన్ని అందుకోవడానికి ఎన్నో మార్గాలున్నాయి, మీ కోసం ఉద్దేశించిన జీవితం అది – మళ్ళీ స్వంత ఇంటికి వెళుతున్నట్టుగా ఉంటుంది. మీ గమ్యాన్ని చేర్చే ఎన్నో పనులు మీరు చేయవచ్చు. అదేవిధంగా ఎందరో ఆత్మబంధువులుంటారు, ప్రతివారు భిన్నమైన పాఠాలు చెబుతారు, అందరూ మీ ఆత్మ జాగృతికి, ఎదుగుదలకు దోహదం చేస్తారు. తెలివితేటలు, ప్రేమ, నిర్భయత్వం ఉన్న స్వగృహానికి వెళ్ళడం మీరు మర్చిపోవడమే మీ అస్తిత్వానికి కారణం. మీ అసలైన జీవితాన్ని చేరుకోవడానికి ఏ మార్గంలో వెళతారో మీ ఇష్టం. ఒక మార్గంలో వెళితే చాలాకాలం ప్రయాణించ వలసి రావచ్చు. మరో మార్గంలో వెళితే ఎక్స్‌ప్రెస్‌లో వెళ్ళినట్లుగా హాయిగా ప్రయాణిస్తూ, ఆహ్లాదకర వాతావరణంలో గమ్యాన్ని త్వరగా చేరవచ్చు. మీరు రోజులో ఆ క్షణాల్లో తీసుకునే నిర్ణయంపైన ఇదంతా ఎక్కువగా ఆధారపడి ఉంటుంది. ముందే రాసి ఉన్న మీ జీవితకథకు మీరు సహ రచయితలు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 27

మంచి చెయ్యండి. మంచిగా ఉండండి. మన ప్రపంచాన్ని మార్చడానికి వీలు లేని ప్రకృతి నియమాల పరంపర నడుపుతూ ఉంది. ప్రపంచాన్ని నిర్మించిన ప్రకృతి శక్తి ఈ నియమాలు తయారుచేసి, మిమ్మల్ని ఇక్కడకు పంపింది. గోల్ఫ్‌లాంటి ఆటను నియమాలు తెలుసుకోకుండా ఆడలేరు. జీవితం కూడా ఆటలాంటిదే. ఆడి – గెలవడానికి నియమాలు తెలుసుకొనడం అవసరం. జీవితాన్ని వాటికనుగుణంగా గడపండి, సఫలత లభిస్తుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 28

జీవితం మీరు గెలవాలనుకుంటుంది. ఆ విషయం మీకు తెలుసా? మీ దారిలో మీరు అడ్డుగా నిలవకుండా ఎంత త్వరగా వీలైతే అంత త్వరగా నియమాలు తెలుసుకోవాలి. ఆట నియమాలు తెలుసుకోవడానికి కొంత ప్రయత్నించాలి. ప్రశాంతంగా ఉండే చోట గాఢంగా ఆలోచించాలి. తాత్త్వికుడిగా మారాలి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 29

తమ ఉన్నత జీవితాలకు చేరే మార్గాల్లో నడవాలనుకునేవారు వివేకాన్ని గుర్తించే తెలివిని అభివృద్ధి చేసుకోవాలి. అంతేకాకుండా తమ జీవితం గురించి తెలుసుకునే తపన కూడా ఉండాలి. మనందరం తాత్త్వికులమనుకుంటూ ఆలోచనాత్మకంగా - కళాత్మకంగా - మరింత ఆనందయుతమైన, అర్థవంతమైన జీవితాలను మలచు కొనే ప్రక్రియలో ఉంటే ప్రపంచం మరింత మెరుగ్గా ఉంటుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

ఏప్రిల్ 30

శాశ్వత ప్రకృతి నియమాలు మీరు అనుదినం చేసే కార్యకలాపాలను పర్యవేక్షిస్తే మీరు ఏ ప్రయత్నం లేకుండానే ఎక్స్‌ప్రెస్ మార్గాన్ని అందుకుంటారు. ఒకవేళ వాటిని పట్టించుకొనకపోతే ఇంటికి చేరడానికి చాలా సమయం పడుతుంది.



మే

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

వాస్తవికత

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 1

ప్రపంచం మొదలైనప్పటి నుంచి ప్రకృతి సూత్రాలే ప్రపంచాన్ని నడిపిస్తున్నాయి – వాటిలో “మీక్కావలసినది పొందుతూ ఇతరులకు కావలసినవి వారు పొందేలా ఎప్పుడూ సాయపడండి”, “అకుంఠిత న్యాయవర్తన కలిగి ఉండండి”, “వర్తమానంలో జీవించండి”, “మీకు తెలిసిన అత్యంత కరుణ గల వ్యక్తిగా ఉండండి”, “మీరు చేయగలిగినంత బాగా చేయండి. చేసినదంతా శ్రేష్ఠంగా చెయ్యండి”, “మీతో మీరు నిజాయితీగా ఉండండి”, “ధైర్యంగా కలలు కనండి”. మనలో చాలామందికి ఈ సూత్రాలు తెలుసు. కాని కొద్దిమందే వీటిని పాటిస్తారు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 2

ప్లేటో మరణశయ్య మీద ఉన్నపుడు అతని స్నేహితుడొకరు ప్లేటో రాసిన ‘ద డైలాగ్స్’ అనే గ్రంథం గురించి చెప్పమన్నాడు. ప్లేటో చాలాసేపు ఆలోచించి కేవలం రెండు మాటల్లో సమాధానమిచ్చాడు: “చనిపోవడం నేర్చుకో”. ప్లేటో చెప్పిన విషయాన్నే ప్రాచీన తత్త్వవేత్తలు కూడా చెప్పారు. వృద్ధుల ముందు ఉన్నట్లుగానే యౌవనంలో ఉన్నవారి కళ్ళముందు కూడ మృత్యువుంది. అందుకని ప్రతిరోజూ మన గతాన్ని గుర్తుచేసేదిగా, వృత్తంలా తిరుగుతూ జీవితాల్ని పూర్తి చేసేదిగా భావించాలి”. కాలం అమూల్యం. సంపన్నంగా, వివేకంగా, సార్థకంగా జీవించాల్సింది ఇప్పుడే.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 3

మీ హృదయంలోని ఆశలు జీవితానికి తెలుసు. మీ కోసం రచించిన ప్రణాళిక, మీకు సరిపడనిది చేసేలా మిమ్మల్ని పురికొల్పదు. మీరు సంతోషంగా ఉండడమే ముఖ్యం. మీ గమ్యం మిమ్మల్ని విచారానికి లోను చేసే వైపు ఎన్నడూ నడిపించదు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 4

ప్రతిదీ మీరనుకున్న విధంగా జరగదని గుర్తుంచుకోండి. మనం అర్థం చేసుకోలేని ఉన్నత మేధస్సు పనిచేస్తోంది. దాని తర్కం తరచుగా మనకు అర్థం కాదు. కాని మీరు చేయగలిగినంత బాగా చేస్తూ మిగిలినది జీవితానికి వదిలేస్తే, ఏది జరిగినా అత్యంత మంచి కోసమేనని అంగీకరిస్తే, జీవితం అద్భుతంగా ఉంటుంది. వాస్తవానికి అనుకున్న దానికన్న మెరుగ్గా ఉంటుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 5

మానవులకు సంకల్పస్వేచ్ఛను ఒక కారణంతో ఇవ్వడం జరిగింది: మన కలలను, మన గమ్యాలను జీవితంలోకి తెచ్చేలా అడుగులు వేయడానికి. ఎన్నో ఖాళీలను పూరించే శక్తి మనకుంది. ఎన్నో చుక్కలను కలపాలి. మీరు కలగన్న జీవితం కోసం కృషి చేయాలి. అవసరమైన త్యాగాలు చేయాలి. కష్టపడి పనిచేయడం, స్వయంక్రమశిక్షణ, దైనందిన అభివృద్ధి విశిష్టంగా ఉండడానికి ముఖ్యమైన అంశాలు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 6

గతం గురించి ఆలోచిస్తూ గడిపే ప్రతిక్షణమూ మీరు భవిష్యత్తు నుంచి దొంగిలిస్తున్నట్టే. మీ సమస్యలపై దృష్టి పెట్టే ప్రతిక్షణం పరిష్కారం కనుగొనే మార్గం నుంచి దూరంగా వెళుతున్నట్టే. ఆ విషయాలన్నీ ఆలోచిస్తూ అవి మీకు జరగకుండా ఉంటే బాగుండేదని అనుకుంటూ ఉంటే, వాస్తవానికి మీ జీవితంలో జరగాల్సిన అన్ని విషయాలను మీరే జరగకుండా నివారిస్తున్నట్టు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 7

మీరు చేయగలిగినదంతా చేసి ఏది లభించినా ప్రశాంతంగా అంగీకరించండి. మీరు చెయ్యగలిగినదంతా చేశారు. మీరు బాధ్యతాయుతంగా ప్రవర్తించి, మీ శక్తిని బట్టి మంచి నిర్ణయాలు తీసుకుంటూ వచ్చారు. ఇప్పుడు ఉన్నత శక్తి మీరెక్కడికి చేరాలో అక్కడికి మిమ్మల్ని చేరుస్తుంది. మీ గమ్యం వైపు జీవితాన్ని నడిపించనివ్వండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 8

జీవితంలో వస్తువులను పోగుచేయడం వలన సంతృప్తి కలగదు. మనల్ని మనం వాస్తవం చూడగలిగేలా తయారుచేసుకోవాలి. జీవితమంటే మంచి వస్తువులను సేకరించుకొనడం కాదు, వస్తువులుండడం తప్పని కాదు. కాని భౌతికమైన సంపదలు మాత్రమే మిమ్మల్ని ప్రేరితం చేసే పరిస్థితి ఉండకూడదు. ఇలా అయితే కుటుంబంతో గడిపే సమయాన్ని త్యాగం చేస్తారు. మిమ్మల్ని మీరు మెరుగుపరచుకునే సమయాన్ని త్యాగం చేసి వస్తువుల కోసం పరుగులు తీస్తూ చివరికి విచారగ్రస్తులవుతారు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 9

కాలం గడిచినకొద్దీ అయోమయం పోయి స్పష్టత వస్తుంది. అంతేకాకుండా కొత్తగా నేర్చుకున్నదంతా బాగా మీ అవగాహనకు వస్తుంది. ఇదే నిజమైన జ్ఞానానికి ఆరంభం. అయోమయంగా ఉంటే సంతోషించండి ఎందుకంటే అది మీ ఎదుగుదలను ప్రతిబింబిస్తుంది. సురక్షితమైన రేవును వదలి తెలియని కొత్త సముద్రాలను అన్వేషించుతూ పోతుంటే కొంత గందరగోళంగానే ఉంటుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 10

వివేకి అయిన యోగికి రోడ్డు మీద బిచ్చగాడు కనిపించాడు. ఎవరితో మాట్లాడుతున్నాడో గమనించుకోకుండా ఆ బిచ్చగాడు యోగిని ఆపి మూడు ప్రశ్నలు అడిగాడు: మీరిక్కడ ఎందుకున్నారు? ఎక్కడికి వెళుతున్నారు? మీరు అక్కడికి వెళ్ళడానికి ముఖ్యమైన కారణమేమైనా ఉందా? యోగి ఆ బిచ్చగాణ్ణి చూసి ఒకరోజుకి ఎన్ని డబ్బులు సంపాదిస్తావు అని అడిగాడు. బిచ్చగాడు నిజాయితీగా తనెంత సంపాదిస్తాడో చెప్పడంతో, "దయచేసి నాతో వచ్చి నాకోసం పనిచెయ్యి. రోజూ నేను ధ్యానం చేసేముందు ఉదయాన్నే ప్రతిరోజూ నన్నీ మూడు ప్రశ్నలు అడిగితే రోజూ నువ్వు సంపాదించేదానికన్న పదిరెట్లు నీకు ఇస్తాను" అన్నాడు యోగి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 11

మనం తరచుగా మన కలలను గుర్తుచేసుకుంటూ ఉండాలి. మనముండే ఈ విశ్వం చాలా స్నేహపూరిత ప్రదేశం. మనకి కలను సాక్షాత్కరింపజేసుకొనే సామర్థ్యం లేకపోతే అసలు ఆ కలను కనగలిగి ఉండే వారమే కాము. అందుకని కలలను గురించి ఆలోచించే తీరిక చేసుకోండి. అవి నిజం అయినట్టు చూడండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 12

తన అసలైన ఆత్మను తిరిగి పొందడానికి ఇంటికి అంటే గమ్యానికి చేరే మార్గంలో ఉన్న సాధకుడు – తన కోసం ఉద్దేశించిన జీవితం వైపు నడవడానికి నిర్ణయం తీసుకుంటాడు. అతడు చివరికి చేరుకున్న చోట తనకు అంతకు ముందు తెలియని పూర్తిగా భిన్నమైన ప్రపంచాన్ని చూస్తాడు. ఒక మనిషి చేరతాడని నమ్మలేని చోటు ఇది. పరిమితులుండవు. అవకాశాలతో ఆడుకొన డానికి అతను సిద్ధంగా ఉన్నాడు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 13

జీవితం అంటే మీకున్న భ్రమను వదలి ప్రపంచం నిజంగా ఎలా ఉందో చూడడం మొదలుపెట్టగానే – ఆశ్చర్యం గొలిపే అందమైన చోటు కనిపిస్తుంది – మీ జీవితంలో ఏకకాలికత వేగం కూడా పెరుగుతుంది. విశ్వం మీరెలా జీవించాలని అనుకుంటుందో అలా జీవించడానికి మీరెంత ధైర్యాన్ని, నిబద్ధతను చూపిస్తారో అది అంతగా మీకు ఆశీర్వాదాలను పంపుతుంది. అది మీకు ఆకుపచ్చ దీపాలు చూపిస్తుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 14

జీవితం ఎదుగుదల పాఠశాల. ఈ గ్రహం మీద మనం జీవించినంతకాలం మనం నేర్చుకోవలసిన పాఠాలను నేర్పడానికి సృష్టించినది ఇది. మనం "భూమిబడి"లో నివసిస్తుంటాం.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 15

గతం వంతెన కింద ఉన్న నీరు. భవిష్యత్తు సుదూరంలో మీరూహించుకునే సూర్యుడు. అత్యంత ముఖ్యమైన క్షణం ఇది. దానిలో జీవిస్తూ, పూర్తిగా అనుభవించడం నేర్చుకోండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 16

జీవితంలో అత్యంత విచారకరమైనది చనిపోవడం కాదు, జీవించి ఉన్నప్పుడు జీవించలేకపోవడం. మనలో చాలామంది జీవితాన్ని సామాన్యంగా తక్కువగా అనుభవిస్తారు. ఎన్నడూ మానవాళిని సంపూర్ణంగా వెలుగును చూడనివ్వరు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 17

జీవితంలో మీరు క్రియాశూన్యంగా ఉన్నారంటే, జీవితం మీతో క్రియాశీలంగా ఉంటుంది. రోజులు వారాలుగా, వారాలు నెలలుగా మారిపోతాయి మీకు తెలియకుండానే. జీవితం పూర్తయిపోతుంది. జీవితం చాలా చిన్నది – మీరెంత కాలం జీవించగలిగినా. మీరు తెలుసుకునేలోపే అది బూడిదవుతుంది. వివేకం చెప్పేది స్పష్టంగా ఉంది: జీవితాన్ని డిఫాల్ట్‌గా జీవించడం మానెయ్యండి. అనుకున్న విధంగా జీవించండి. ఆటలో అడుగుపెట్టండి. మీరు సృష్టించాల్సిన వాస్తవాన్ని, మీ హృదయం లోతులలో మీకు తెలిసినదాన్ని సృష్టించడానికి నడుం బిగించండి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 18

మీరు పెద్ద ప్రశ్నలు అడుగుతున్నారంటే, ఎదుగుతున్నారని మేల్కొంటున్నారని అర్థం. మీరు గుంపుని వదలి మరింత చైతన్యంతో ఉంటున్నారు. సరైన ప్రశ్న అడిగితేనే సరైన సమాధానం లభిస్తుంది. అలా చేస్తూ మీ జీవిత సత్యాన్ని అసలైన జీవితాన్ని కనుక్కుంటారు.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 19

ప్రశ్నించడం ద్వారా అంతకుముందే మీ హృదయంలో ఉన్నది బయటికి వస్తుంది. సరైన ప్రశ్న అడగండి. సరైన సమయం వచ్చినపుడు మీరు కోరే సమాధానం వస్తుందని నేను హామీ ఇస్తున్నాను. ప్రశ్నలు శక్తిమంతమైనవి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 20

కీలకమైన ప్రకృతి సూత్రాలలో ఒకటి ఇది : మనం మోయలేని దానికన్న ఎక్కువ ఎప్పటికీ పొందలేం. మార్గాన్ని మీకోసం ప్రేమగా తీర్చిదిద్దారు. మీరు అందుకోవడానికి సిద్ధంగా లేని జ్ఞానం కాని, సత్యం కాని మీకు లభించదు. అందువల్ల మీకు అందుకునే సామర్థ్యం ఉన్నపుడే అన్నీ మీకు అర్థమవుతాయి. విద్యార్థి సహనంగా ఉండాలి. సందర్భం ముఖ్యమైంది, సమాధానాలు లభిస్తాయి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 21

'అంతర్వాణి'ని వినకుండా ఉండడం సులభమే. ఆ ఆంతరిక మార్గదర్శి మీ వ్యక్తిగత వివేకానికి మూలం. మీ చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం తను చెప్పినట్టు వినమని మిమ్మల్ని ఒత్తిడి చేస్తుంటే, మనసులో అనుకున్నట్టుగా చేయడం, అంతఃప్రేరణను పట్టించు కొనడం తరచుగా కష్టమవుతుంది. అయినా గాని మీరు కావాలనుకునే తృప్తిని, సమృద్ధిని, గొప్పదనాన్ని కనుగొనడానికి మీకు అత్యంత అవసరమైనపుడు వచ్చే ఆ ఆలోచనలను, స్వరాలను మీరు తప్పక వినాలి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 22

మీకంటె ముందు ఎందరో గొప్ప మనుషులు ఈ మార్గంలో నడిచారు. మీ అనుభవం విశిష్టమైంది కాదు. నమ్మకంతో మీ లోలోపలికి వెళ్ళడం కొనసాగించండి. మీరు అడిగే సమాధానాలన్నీ మీలోనే ఉన్నాయి.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 23

జీవితం చక్కగా అల్లిన జలతారు పరదా. మనం కోరుకునేది తరచుగా మనకు దొరకదు కాని ఏది అవసరమో అది మనకు దొరుకుతుంది. మనకు అత్యంత ప్రయోజనకరమైన దాన్ని ఎప్పుడూ పొందుతాం. ఇది జీవిత పాఠాలన్నిటికన్న గొప్పది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 24

జీవితం నేర్పేదానికన్న ఎక్కువగా ఏ పుస్తకం మీకు ఎక్కువ నేర్పదు. కళ్ళు తెరిచి అది చెప్పే పాఠాలను మీరు జాగ్రత్తగా గ్రహించుకోవాలి. ఇబ్బంది పడడమంటే జీవించడం. బ్రతకడానికి భద్రంగా అనిపిస్తుందని మామూలుగా బతికేస్తాం కాని నిజానికి అది చాలా అభద్రం. తెలిసిన సురక్షితమైన రేవులో అసలు భద్రత లేదు. అది కేవలం మన భ్రమ మాత్రమే. ఆ భ్రమ మంచి జీవితాన్ని నాశనం చేసేస్తుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 25

గొంగళిపురుగు ఎల్లకాలం గూడులో ఉండిపోదు. సరైన సమయంలో సీతాకోకచిలుక బయటికి రావాల్సిందే. ప్రకృతి పాటించే సందర్భాన్ని నమ్మండి చాలు; మీరు పాటించే గడియారాన్ని అది పాటించదు. దీన్ని నిరంతరం గుర్తుంచుకోండి. మీ బాధ తగ్గిపోతుంది – ఎప్పుడూ తగ్గిపోతుంది.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 26

మన జీవితాలను నడిపే పొందిక ఒకటుంది. ఫలితాలను బలవంతంగా పొందాలని ప్రయత్నించకుండా ప్రవాహంతో సాగుతూ ఉంటే, మన జీవితాలలో జరగాల్సిన ఇంద్రజాలమంతా మనకు కనిపిస్తుంది. అన్నీ జరిగేలా ప్రయత్నించడం, విషయ సంతులనం చేయకుండా పనులు జరిగేలా చూడడం అంటే నియంత్రించడమే.

గమ్యం, జీవిత ఉద్దేశం

మే 27

ఇంటిదారిలో నడిచే ప్రతి ఒక్కరు గమ్యం చేరలేరు. చాలామంది చేరరు. కాని ప్రతి ఒక్కరోజు ఆశయానికి మరింత దగ్గరకు చేర్చి మనమేం కావాల్సి ఉందో మరికొంతగా అలా తయారుచేస్తుంది. ఆ మార్గంలో మనం వెదుకుతూ పోతే ప్రతి ఒక్కరోజు గొప్ప ఆశీస్సులను మరింత వ్యక్తిగత శక్తిని తీసుకు వస్తుంది. మీ లోలోపల మీరు తరచి చూసుకుంటూ పొందిన మీ అసలైన శక్తిని ఎవరూ తీసుకుపోజాలరు. ఇది జీవితాంతం మీతోనే ఉండిపోతుంది.

వాస్తవికత

మే 28

నవజాత శిశువులు పరిపూర్ణతకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తారు. మనలో ప్రతి ఒక్కరూ మళ్ళీ ఆ స్థితికి చేరాల్సిన వారే. మీరు పుట్టిన క్షణంలో నిర్భయంగా, స్వచ్ఛమైన ప్రేమతో, అమాయకంగా, అనంతమైన వివేకంతో, అమిత సామర్థ్యంతో ఉండి విశ్వాన్ని సృష్టించిన హస్తంతో అనుబంధాన్ని కలిగి ఉంటారు. మనలో చాలామంది ఈ గ్రహంలో మన అసలైన ఆత్మలతో మన అసలైన అస్తిత్వాన్ని అంటే భయపడకుండా మనం నడుస్తూ పోయి నక్షత్రాలను అందుకోగలిగే స్థితిని కోల్పోయాం. మనమెవరమో మనం మర్చిపోయాం.

వాస్తవికత

మే 29

మనలో ప్రతి ఒక్కరిలో మంచి, చెడు రెండూ ఉంటాయి. ప్రతి ఒక్కరిలో దిద్దుకోవలసిన తప్పులుంటాయి. ఉపశమనం కోరుకునే గాయాలుంటాయి. మనలో ప్రతి ఒక్కరిలో ఛిద్రమైన ఆత్మ ఉంటుంది. వాస్తవానికి ఈ అపరిపూర్ణతే మనని మనుషులుగా చేస్తుంది.

వాస్తవికత

మే 30

ఈ గ్రహం మీద మిగిలిన అందరిలాగే మీరూ సాధకులు. ఒకప్పుడు సామాన్య జీవితం గడిపితే చాలు అనుకున్న వాళ్ళు, ఇప్పుడు తమ సౌకర్యవంతమైన పరిస్థితుల నుంచి బయటపడి మరుభూమిలో ఉండే విశిష్టతను కనుగొనాలనుకుంటున్నారు. తమ అసలైన శక్తి నుంచి విడిపోయి, జనం చస్తూ బ్రతకాలని అనుకోవడం లేదు. వాళ్లు గొప్పగా జీవించాలనుకుంటున్నారు, మేఘాల్లో తేలిపోవాలనుకుంటున్నారు. గొప్పవాళ్ళతో కలిసి నడుస్తూ, నక్షత్రాలతో కలిసి నాట్యం చేయాలనుకుంటున్నారు.

వాస్తవికత

మే 31

మీ జీవితాన్ని మెరుగుపరచుకోవాలని, మీరు పొందాల్సినవన్నీ పొందుతూ జీవించాలని భావిస్తే, మీ జాతిని మీరు నడపాలి. ఇతరులు మీ గురించి ఏమనుకుంటున్నారో పట్టించుకోనవసరం లేదు. మీతో మీరు ఏం చెప్పుకుంటు న్నారు, మీ అంతరంగం మిమ్మల్ని సుఖంగా ఉండనిస్తుందా? అనేది ముఖ్యం. అదే ఆనందానికి ముఖ్యం.

జూన్

వాస్తవికత

ప్రతికూలతను, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

వాస్తవికత

జూన్ 1

ప్రతి మనిషి తన జీవిత తాత్త్వికతను నిర్వచించుకోవడానికి కొంత సమయం కేటాయించుకోవాలి – మనిషి చేయగలిగే పనుల్లో అత్యంత ముఖ్యమైన పని ఇది. ప్రతి వ్యక్తి, నిజంగాను గొప్పగాను జీవించడానికి, తానెలా జీవించాలను కుంటాడో తప్పనిసరిగా చెప్పాలి. తన గొప్ప జీవితం ఎలా ఉంటుందో చెప్పాలి. మిగిలిన ప్రపంచమంతా నిద్రపోతున్నపుడు ప్రతి ఉదయం చదవడానికి కాగితం మీద ఒక ప్రకటనను రాసి ఉంచుకోవాలి. అటువంటి ప్రకటన మనకు నైతిక దిక్సూచిలా ఉండి మనం రోజులో తీసుకునే నిర్ణయాలకు మార్గదర్శకంగా పనిచేస్తూ, మనం సరైన అడుగులు వేసేలా చూస్తుంది. తాత్త్వికతా ప్రకటన లేకుండా, ఎలా పడితే అలా జీవిస్తూ పోతారు. రోజులో మీకు ఏది ఎదురైతే దానికి ప్రతిస్పందిస్తూ పోతారు.

వాస్తవికత

జూన్ 2

చాలామంది తమ జీవితం ఎలా ఉండాలో ఆలోచించుకోనకుండా, వేసవి సెలవులు ఎలా గడపాలా అని ఆలోచిస్తుంటారు. జీవితాన్ని గురించి ఆలోచించండి. మిమ్మల్ని మీరు అడగండి: "నేనెలా జీవించాలి?" అని. మీరేం చేయాల్సి ఉందో ఇంక ఏ విషయాలను జీవితంలో అస్సలు భరించలేరో ప్రశ్నించుకోండి, మీకు మీరు ఏ ప్రమాణాలను పాటిస్తారో నిర్ణయించుకోండి.

వాస్తవికత

జూన్ 3

శిశువులుగా మనం పరిపూర్ణులం. ప్రపంచాన్ని సృష్టించిన శక్తితో మనం కలిసి ఉంటాం. కాని మనం పెరుగుతున్నకొద్దీ మన చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం నుంచి భయాలు సొంతం చేసుకుంటూ ఉంటాం. మన తల్లిదండ్రులు మనను ప్రేమించి అభిమానించాలని అనుకుంటాం. అందుకని వారిని అనుకరిస్తూ వారి భయాలను సొంతం చేసుకుంటూ, నమ్మకాలను పరిమితం చేసుకుంటూ, అవాస్తవాలను నమ్ముతూ వారిలా ఉండాలని భావిస్తాం. ఇదంతా ప్రేమ కోసం తపిస్తూ చేస్తాం. ఈ క్షణంలో మీరెవరో అది నిజమైన మీరు కాదు. ఈ ప్రపంచంలో ఉండడం మూలంగా మీరిలా ఎవరిలానో ఉన్నారు. మీ చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం నుంచి పొందిన ఆ భయాలన్నీ పోగొట్టుకొనడానికి మీరు వెనక్కి వెళ్ళి మీ భయాల మూలాలను కనుక్కోవాలి. తర్వాత అవి మీ మనసులోనుంచి పోయే వరకు వాటితో పోరాడి తరమాలి.

వాస్తవికత

జూన్ 4

మీరెవరో, నిజంగా మీకు కావలసినదేమిటో మీకు తెలియకపోతే, మీ గమ్యం కనిపించినపుడు దానిని మీరెలా చేరుకుంటారు? మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోండి, మీ గమ్యం మిమ్మల్ని వెతుక్కుంటూ వస్తుంది. స్పష్టత నిపుణతకు ముందు వస్తుంది.

వాస్తవికత

జూన్ 5

నిజంగా సఫలురైన వ్యక్తులు ఇతరుల్లా ఉండాలని అనుకోరు. వాళ్ళు అంతకుముందు ఉన్న దానికన్న ఉన్నతమైన వ్యక్తులుగా ఉండాలని అనుకుంటారు. ఇతరులను జయించాలని పరుగుపెట్టవద్దు. మిమ్మల్ని మీరు జయించాలని పరుగుతీయండి. నిన్న ఉన్నదానికన్న ఈ రోజు ఇంకా మెరుగ్గా ఉండాలని తీర్మానించుకొని నడవండి. అసాధారణమైనవి ఎన్నో మీకు ఎదురవుతాయి.

వాస్తవికత

జూన్ 6

ఈ గ్రహం మీద మనిషి అసలైన సామర్థ్యాన్ని పరిమితం చేసే ఏదో ఒక భయం లేకుండా ఉన్నవాళ్ళు ఒక్కరు కూడా లేరు. మనుషులుగా ఉండడానికి అసలైన స్థితే అపరిపూర్ణత. ఈ అపరిపూర్ణత మనం ఈ ప్రపంచంలోకి వచ్చి మన అసలైన స్వభావంలోని పరిపూర్ణతను వదలి భయాలను పోగు చేసుకుంటున్నపుడు మొదలైంది.

వాస్తవికత

జూన్ 7

మీ విశిష్టతను పణంగా పెట్టి సామాజిక ఒత్తిడులకు లొంగడం ఆపి వెయ్యండి. ప్రపంచంలోని అత్యంత సఫలురు, గొప్పవారి జీవిత చరిత్రలు చదివినప్పుడు, తమ గురించి ఇతరులేమనుకుంటున్నారో వారు పట్టించుకోలేదని మీరు గ్రహిస్తారు. ప్రజాభిప్రాయం ప్రకారం నడుచుకోకుండా, తమ హృదయం చెప్పిన విధంగా వారు ధైర్యంగా ముందుకు వెళ్ళారు. ఎవరూ వెళ్ళని మార్గంలో వెళుతూ వారు కలలో కూడ ఊహించలేనంత విజయాన్ని సాధించారు. నిజమైన విజయం ప్రచారం కోసం జరిగే పోటీ కాదు.

వాస్తవికత

జూన్ 8

గుంపును వదిలి మీ సహజ స్వభావాన్ని అంటిపెట్టుకుని ఉండడానికి చాలా శక్తి కావాలి. నాయకత్వమంటే ఇదే గుంపును వదలి, నిజంగా మీరెవరో దానికి కట్టుబడి ఉండడం. మీకు మీరే పోటీ అనుకుని మీ సత్యాన్ని మీరు జీవించడం.

వాస్తవికత

జూన్ 9

మనం ఎప్పుడూ కలలు కన్న విధంగా ఇప్పటికే ఉన్నాం. నడుస్తూ నడుస్తూ మర్చిపోయాం అంతే. మనల్ని మనం అభివృద్ధి చేసుకోకుండా, మనం కొత్తవారిలా ఉండకుండా ఉండడం మన అప్పటి ప్రధాన లక్ష్యం. ఆట ఫలితం, చివరికి నిజంగా మనమెవరమో తెలుసుకొనడం - మనమేం కావలసి ఉందో అలా కావడం.

వాస్తవికత

జూన్ 10

ఈ భూమి మీద మెరుగుపడాల్సిన వ్యక్తి ఒక్కరు కూడా లేరు - పరిపూర్ణతని ఎవరూ మెరుగుపరచలేరు, అలా చేయాలని సూచనగా అనిపించినా, అంత పరిపూర్ణంగా లేమని అపరాధ భావన తినేస్తుంది. మనిషి బాధ్యత ఆత్మాభివృద్ధి కాదు ఆత్మస్మృతి. మనం నవజాత శిశువులుగా ఉన్న ఆదర్శ స్థితిని వదిలి, భయాలు నిండిన ప్రపంచంలోకి, కాలక్రమంలో మనల్ని పాడుచేసిన ప్రపంచంలోకి వచ్చినప్పుడు కోల్పోయిన వాస్తవిక శక్తిని తిరిగి పొందడం ఆత్మస్మృతి.

వాస్తవికత

జూన్ 11

మీ జీవితాన్ని మీరు ధైర్యంగా జీవించడం కన్న ముఖ్యమైనదేదీ లేదు.

వాస్తవికత

జూన్ 12

గుంపుతో కలిసి ఉండే చాలామంది జీవితంలో ఎప్పుడూ ఒక్కక్షణం ఆగరు, తామేం చెయ్యాల్సి ఉందో ఆలోచించుకోవడానికి ఒక్క నిముషం కూడా వెచ్చించరు. సామాన్య ప్రజలకన్న ఆలోచనాత్మకంగా ఉండాల్సి వస్తుంది నాయకత్వానికి, వ్యక్తిగత విజయసాధనకు. తీరిక లేకుండా జీవితం గడపవద్దు. ఏం చేస్తున్నామని మరింతగా ఆలోచించుకుంటూ ఉండాలి.

వాస్తవికత

జూన్ 13

మీ వాస్తవిక జీవితమార్గంలో కొనసాగుతున్నప్పుడు - గుంపును వదిలి మీ విలువలకి కట్టుబడి జీవించడం మొదలుపెట్టినప్పుడు, సాధకుడిగా మీ నమ్మకాలు, మీ హృదయంలోని కోర్కెలు "నిర్ణయ బిందువు"ను చేరతాయి. ఈ సందర్భంలో మీరెలా ప్రతిస్పందిస్తారో అనేదాన్ని బట్టి మీ మిగతా జీవితమంతా ఉంటుంది.

వాస్తవికత

జూన్ 14

సంపూర్ణత్వమనే గృహానికి, నైతిక వర్తన ఉన్నచోటికి, నిర్భయంగా, అన్నీ తెలిసిన, అపరిమితమైన ప్రేమ ఉన్న చోటికి మీ నిజమైన ఆత్మ - ప్రయాణించడం జీవిత పరమార్థం.

వాస్తవికత

జూన్ 15

మన వాస్తవిక ఆత్మను వదలి మనం కాని వ్యక్తులుగా అయ్యే ప్రక్రియ-మనచుట్టూ ఉన్నవారి నుంచి నమ్మకాలు, విలువలు, ప్రవర్తనలను స్వీకరించడం - నిరంతర సంస్కృతీకరణ. మనం మన నిజమైన ఆత్మలను వదలి సామాజిక ఆత్మలుగా మారుతున్నప్పుడు ఒక ఖాళీ ఏర్పడుతుంది. మనం మన అసలు స్వభావాన్ని వదిలి, వ్యక్తిత్వమనే అబద్ధపు ముసుగుని వేసుకుంటాం.

వాస్తవికత

జూన్ 16

మనం నిజంగా ఎవరమో, ప్రపంచానికి మనం ఎలా కనిపిస్తున్నామో అనే రెంటి మధ్య ఉన్న అంతరం ఎంత ఎక్కువగా ఉంటే అంత తక్కువగా జీవితం పనిచేస్తుంది. అంత తక్కువ సంతోషాన్ని మనం అనుభవిస్తాం. ఎందుకు? ఎందుకంటే మనల్ని మనం మోసం చేసుకుంటున్నపుడు సంతోషమనేది ఉండదు.

వాస్తవికత

జూన్ 17

చీకటి అంటే వెలుగు లేకపోవడం మాత్రమే : మానవ జాగృతి, అవగాహన అనే వెలుగును మీ అస్తిత్వంలోని చీకటి గుంతల్లోకి ప్రసరింపజేస్తే, మీరు వెలుగు నిండిన జీవులవుతారు. ఒకప్పుడు భయమున్నచోట ప్రేమ ఉంటుంది. జ్ఞానోదయం కలగటమంటే ఏమిటో గుర్తు చేసుకోండి : వెలుగుతో నిండడం.

వాస్తవికత

జూన్ 18

మీకిష్టమైన అడుగును వేస్తున్నప్పుడు, భయం మిమ్మల్ని సొంతం చేసుకోవాలనుకుంటే, మీ అసలు స్వభావాన్ని మీరు పొందుతారు. గుర్తుచేసుకుంటారు. మీ ఉన్నతాత్మని అభివ్యక్తీకరించాలని మీరు చేసే ప్రతి చిన్న పని మీకు జన్మించినపుడున్న వాస్తవిక శక్తిని వెనక్కి తీసుకోవడానికి మీకు సాయం చేస్తుంది.

వాస్తవికత

జూన్ 19

మనలో చాలామంది మన వాస్తవ ఆత్మలను మరుగుపరిచే సామాజిక ముసుగు వేసుకుని జీవితమంతా జీవిస్తాం. మన మానవత్వపు పూర్తి స్వభావాన్ని చూపకుండా, ప్రపంచం మనమెలా ఉండాలనుకుంటుందని మనం భావిస్తామో అలా మనని మనం రూపొందించుకోడానికి బాగా కష్టపడతాం. ఇతరులు మనం ఏం చెప్పాలని భావిస్తారో అదే మనం చెబుతాం, మనం ఏ బట్టలు వేసుకోవాలని ఇతరులు అనుకుంటారో అటువంటివి వేసుకుంటాం. ఇతరులు మనమేం చేయాలని భావిస్తారో అది చేస్తాం. అలా చేస్తూ మనం నిదానంగా చచ్చిపోతాం.

వాస్తవికత

జూన్ 20

మీ లోపలి పిల్లవాడితో (సరదా స్వభావంతో) అనుబంధాన్ని పెంచుకోవడానికి ఎప్పుడూ ప్రయత్నించండి. పిల్లల్లో ఉండే సానుకూల లక్షణాలను పరిశీలించ డానికి సమయం వెచ్చించండి. శక్తిమంతులుగా ఉండడానికి వారి సామర్థ్యాన్ని నమూనాగా తీసుకోండి. చుట్టూ ఏం జరుగుతున్నా తమ లోకంలో తాముండే వారి ఊహాశక్తిని ఆదర్శంగా తీసుకోండి.

వాస్తవికత

జూన్ 21

ప్రపంచంలో వివేక సంప్రదాయాలన్నీ ఒకే నిర్ణయానికి వచ్చాయి: వ్యక్తిగా మీరేమిటో మీరు తెలుసుకోవాలనుకుంటే, మీలో ఉన్న గొప్పదనాన్ని తెలుసుకోవాలనుకుంటే, క్రమం తప్పకుండా కొంతసేపు మౌనంగా ఉండడం నేర్చుకోండి. ఖచ్చితంగా మీకు తీరిక లేదు. కాని తోరూ ఇలా అన్నారు: "తీరిక లేకుండా ఉంటే చాలదు; చీమలు కూడ అలాగే ఉంటాయి. కాని అంత తీరిక లేకుండా ఏం చేస్తున్నారు?"

వాస్తవికత

జూన్ 22

ఆత్మనిపుణతా మార్గంలో మీరెంత పై స్థాయులకు వెళితే అంతగా జీవితాన్ని గురించి, దానిలో మీ స్థానాన్ని గురించి సొంత తాత్త్వికతని రూపొందించు కుంటారు. ఇతరుల సత్యాలను ఎంపిక చేసుకుని, మీలోలోపల పెంచి పోషిస్తారు. మీకు నిజమనిపించే ఇతరుల వివేకాన్ని మీలో కలిపేసుకుంటారు. మీతో మాట్లాడని ఆలోచనలను, మీకు అర్థం లేవనిపించిన వాటిని వదలి వేస్తారు. అలా చేస్తూ మీ వాస్తవిక కోడ్‌ను, వ్యక్తిగత రాజ్యాంగాన్ని రూపొందించుకుని మీ ఉన్నత జీవితాన్ని సాక్షాత్కరింపచేసుకుంటారు. అప్పుడే మీరు ప్రకాశించడం మొదలుపెడతారు.

వాస్తవికత

జూన్ 23

మన ఆత్మను మేల్కొలిపినపుడే ఉన్నతాత్మను పోషించగలం. ఇది భిన్నమైన వ్యక్తులకు భిన్నంగా అనిపించవచ్చు. కొందరికి ఆత్మ అంటే ప్రార్ధన అనిపించ వచ్చు. కొందరికి ఆత్మను సంరక్షించడం అంటే ప్రకృతితో సంభాషించడం లేదా సంగీతం వినడం కావచ్చు. ఇంకా కొందరికి ఆత్మను మేల్కొలపడం అంటే సేవ, స్వచ్ఛందంగా కార్యకర్తలవడం, వ్యక్తిని మించిన మరిదేనికోసమో ఛాందసంగా పోరాడడం కావచ్చు.

వాస్తవికత

జూన్ 24

వివేకవంతులు ప్రతిరోజూ తమకు ఆఖరి రోజు అని భావిస్తారు. అలా చేస్తూ ప్రేమగా ఉండాలని, భయపడకూడదని అనుకుంటారు. వారు నిరంతరం అసాధారణంగా ఉండడాన్ని ఎంపిక చేసుకుంటారు – తేలిగ్గా ఉండేదానికన్న కష్టమైనదాన్నే ఎంచుకుంటారు.

వాస్తవికత

జూన్ 25

మన గురించి మనకెంత మనకెంత గాఢంగా తెలుసో, అంత బాగా మన అంతరాంతరాలలో కాంక్షించే సొంత ఇంటికి వెళ్ళే నాయకత్వ ప్రయాణానికి అవసరమైన వాస్తవ నిర్ణయాలు తీసుకోగలం. ప్రాచీన గ్రీకు-రోమను దేవాలయాల్లో ముఖద్వారం పైన ఈ మాటలు కనిపిస్తాయి: "మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోండి. విశ్వాన్ని గురించి, దేవతలను గురించి ఎన్నో రహస్యాలు తెలుసుకుంటారు".

వాస్తవికత

జూన్ 26

ఎదుగుదల కొన్నిసార్లు కష్టమైన మార్గాలలో వస్తుంది. కాని ఎదుగుదల ఎప్పుడూ మంచిదే. 50,000 అడుగుల దూరం నుంచి మీ జీవితాన్ని చూస్తే జరిగేదంతా చాలా అందంగా అనిపిస్తుంది. వాస్తవానికి అమూల్యంగా అనిపిస్తుంది.

వాస్తవికత

జూన్ 27

నిజంగా మనమెవరమో తెలిసి మనం భయపడుతున్నాం. మన వెలుగు అంటే మనకు భయం. మన తెలివితేటలంటే మనకు భయం. మనకున్న అత్యున్నత అవకాశమంటే మనకు భయం. మనం నిటారుగా నిలబడి మన వెలుగును ప్రపంచం మీదికి ప్రసరింపచేయటానికి భయపడతాం. గొప్ప ప్రతిభతో పెద్ద బాధ్యతలు వస్తాయి. చాలామంది మనుషులకు ఆ ప్రతిభవల్ల లభించే బాధ్యత నిర్భయంగా బ్రతికే బాధ్యత, ప్రపంచాన్ని అంతకుముందుకన్న భిన్నంగా చేసే బాధ్యత. ఇష్టం ఉండదు కనుక ప్రతిభను ఉపయోగించడం ఇష్టం ఉండదు. అలా చేస్తూ, వాళ్ళు తమ గొప్పదనం సంకోచింపజేసు కుంటారు.

వాస్తవికత

జూన్ 28

సంభాషణవల్ల నిర్ణయం బలపడుతుంది. మీరేమి అవ్వాలనుకుంటున్నారో మీరెంత ఎక్కువగా చెబుతూ ఉంటే, దానికి అవసరమైనవి చేయడానికి అంతగా మీరు అంకితం కాగలరు. మాటలకు శక్తి చాలా ఉంటుంది.

వాస్తవికత

జూన్ 29

హృదయంలోని పవిత్రస్థలాల నుంచి వచ్చే గుసగుసలు వినడమంటే కనుగొనడం- మనలోలోపలి నుంచి వచ్చే పిలుపులను విని వాటి ప్రకారం చేయడం. ప్రకృతితో మమేకమైనపుడు ఉదాహరణకు శరత్కాలంలో చెట్ల మధ్య ఒంటరిగా నడుస్తున్నపుడు కొన్నిసార్లు మనం వీటిని వింటాం. మరికొన్నిసార్లు మౌనంగా ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు, మరేదో ఆలోచిస్తున్నప్పుడో ఈ గుసగుసలు వింటాం. కొన్నిసార్లు జీవితంలో మనం చాలా కష్టంలో ఉన్నపుడు, అత్యంత నిరాశాపూరితక్షణాల్లో మనం ప్రేమించే వ్యక్తి మరణించి నపుడు, మన కల చెదిరినపుడు ఈ పిలుపు వినిపిస్తుంది. వివేకంతో ఆలోచించ వలసిన విషయం ఏమిటంటే: మీ అంతర్వాణి చెప్పేది శ్రద్ధగా వినండి. అది మిమ్మల్ని మీ గమ్యానికి చేరుస్తుంది. హృదయం మీకేం చేయమని చెబుతుందో అది వినండి. మీ గమ్యాన్ని చేరడానికి జీవించండి. మీరు అర్థవంతమైన వారసత్వాన్ని వదలి వెళతారు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూన్ 30

మీ అపజయాలను వివేకంగా మార్చుకోవచ్చు. కావాలనుకుంటే మీకెదురయ్యే అడ్డంకులనుపైకి వెళ్ళే మెట్లుగా ఉపయోగించుకోవచ్చు. ప్రతికూలత గాని, విషాదంగాని కలిగించే విశిష్ట అవకాశాన్ని వదులుకోవద్దు. మీ గుండెను పిండి వేసేవే మీ జీవితాన్ని మరింత బాగు చేస్తాయి.

జూలై

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 1

పెద్ద విజయం లభించడానికి ముందుగా మనిషి చిత్తుగా ఓడిపోవడం చూస్తుంటాం. దృష్టిని మరల్చకుండా నమ్మకంతో చేస్తూ పోవాలి. చేతులెత్తేయ కూడదు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 2

జీవితంలో మీకేం జరిగినా సరే, దానికి మీ ప్రతిస్పందనను ఎంపిక చేసుకునే సామర్థ్యం మీకే ఉంది. ప్రతి పరిస్థితిలోనూ సానుకూలతను వెదుక్కునే అలవాటు చేసుకుంటే, మీ జీవితం దాని ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుతుంది. సఫలత, సంతోషాల సహజసూత్రాలలో ఇదొక గొప్ప సూత్రం.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 3

జీవితంలో తప్పులుండవు. పాఠాలు మాత్రమే ఉంటాయి. ప్రతికూల అనుభవం అనేదేదీ లేదు. ఎదగడానికి నేర్చుకొనడానికి, ఆత్మనిపుణతామార్గంలో వెళ్ళడానికి అవకాశాలు మాత్రమే ఉంటాయి. కష్టాల నుంచి శక్తి వస్తుంది. బాధ కూడా అద్భుతమైన గురువే.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 4

గాఢమైన ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలకు వేదన ఒక వాహనం. పెద్ద వేదనను అనుభవించిన వ్యక్తులు సాధారణంగా గొప్ప వ్యక్తులవుతారు. జీవితంలో బాగా గాయపడిన వ్యక్తులు ఇతరుల బాధను క్షణంలో అర్థం చేసుకొనగలరు. ప్రతికూలతను సహించిన వ్యక్తులను జీవితం వినయశీలురుగా చేస్తుంది. ఫలితంగా వారు మరింత నిష్కపటంగా, సానుభూతితో, వాస్తవంగా ప్రవర్తిస్తారు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 5

మనకు బాధ కలిగినపుడు అది మనకు ఇష్టం ఉండకపోవచ్చు. కాని అది మనకు ఎంతో ఉపకరిస్తుంది. మన గుండెను కప్పి ఉంచిన పొరను చీల్చివేసి, మనం ఎవరమో, మనమెందుకు ఇక్కడున్నామో, విశిష్టమైన మన ప్రపంచం ఎలా నడుస్తుందో- వీటికి సంబంధించి మనమేర్పరచుకున్న అబద్ధపు నమ్మకాలను పటాపంచలు చేస్తుంది.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 6

మనం కష్టపడుతున్నపుడు, మనం చూస్తున్న విధంగానే ప్రపంచం ఉందని అనుకుంటాం. ఇది అపోహ. మనం ప్రపంచాన్ని మన నిరాశాపూరిత దృష్టితో చూస్తున్నాం. విషయాలను విషాదము, నిరాశానిండిన కళ్ళతో మనం చూస్తున్నాం. ఈ విషయంలో సత్యమేమిటంటే మనకి బాగా అనిపిస్తున్నపుడు ప్రపంచం బాగుంటుంది మనకు. అంతరంగంలో మనం సంతోషంగా ఉంటే, బాహ్య ప్రపంచంలో కూడా అదే భావన ప్రతిబింబిస్తుంది.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 7

ప్రపంచం ఒక దర్పణం. జీవితంలో మనమేం కోరుకుంటామో అది దొరకదు కాని మనమేంటో అది దొరుకుతుంది. మన జీవితాలకి కూడా రుతువులుంటాయి. కష్టకాలం ఎంతోసేపుండదు. బాధ అనే చలికాలం తర్వాత వేసవి అనే సంతోషంగా వస్తుంది. ఉదయ సూర్యుని కిరణాల వెలుగు తర్వాత రాత్రి అయితే చీకటి వచ్చినట్టు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 8

బాధ, ప్రతికూలత వ్యక్తిగత ఎదుగుదలను పెంపొందించే శక్తిమంతమైన సాధనాలు. మీరు త్వరగా నేర్చుకుని, ఎదిగి త్వరితంగా రూపొందేందుకు ఏదీ ఇంతగా ఉపయోగపడదు. మీ వాస్తవిక శక్తిని బాగా తిరిగి పొందడానికి ఇంతకన్న పెద్ద అవకాశం రాదు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 9

మీరు ఇప్పటివరకు పొందిన అపజయాలు చేసిన తప్పులు, సహించిన బాధ లేకపోతే మీకు ఇప్పుడున్నంత జ్ఞానం, వివేకం లభించేవి కావు. బాధ గురువులాంటిదని, ఓటమి విజయానికి రహదారి అని గుర్తించండి. అపశ్రుతులు వాయించకుండా గిటార్‌ను శ్రావ్యంగా వాయించలేరు. అటూ ఇటూ కొన్నిసార్లు నావ ఒరగకుండా, నడపడం నేర్చుకోలేరు. ఇబ్బందులను మీకు మంచి చేసేవిగా భావించండి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 10

మనం బాగా కష్టపడుతున్నపుడు బాగా లోతుగా ఆలోచిస్తాం. జీవితం బాగుంటే అంతగా ఆలోచించం; లోతుగా ఎప్పుడూ ఆలోచించం. కాని పరిస్థితులు ఇబ్బందికరంగా మారితే అప్పుడు కళ్ళు తెరిచి ఇలా ఎందుకు జరిగిందని ఆలోచిస్తాం. ఇది బాగా నేర్చుకొనడానికి, ఎదుగుదలకు తోడ్పడుతుంది. జీవితమంటే ఎదుగుదలే. మనమేం కావలసి ఉందో దానికోసం ప్రయత్నిస్తూ ఉండడమే.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 11

మన చివరి గమ్యం చేరడానికి అందరం తలోదారిలో ప్రయాణిస్తాం. కొందరికి మిగిలిన వారితో పోలిస్తే మార్గం ఎగుడుదిగుడుగా ఉంటుంది. కాని ఎవరూ అవరోధమనేది లేకుండా గమ్యం చేరలేరు. అందుకని దానితో పోరాడేకంటే, ఇదే జీవిత విధానమని సరిపెట్టుకుంటే పోలా? ఫలితాలను పట్టించుకొనకుండా ప్రతి పరిస్థితినీ అనుభవిస్తూ కూడా జీవితాన్ని సుఖంగా ఉంచుకోలేమా? బాధని అనుభవించండి. సంతోషాన్ని పొందండి. అంతకుముందెన్నడూ లోయలను చూడకపోతే శిఖరాల అంచున నిలబడి లోయల అందాలను ఎలా చూడగలరు?

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 12

ప్రతికూలత వల్ల మనం తాత్త్వికులుగా అవుతాం. కష్టాలు వచ్చినప్పుడే జీవితంలో పెద్ద ప్రశ్నలను వేసుకుంటాం, ఇంతబాధ ఎందుకు కలుగుతోంది? అనుకున్నట్లుగా మన ప్రణాళికలు ఎందుకు పనిచెయ్యడం లేదు? జీవితాన్ని మౌనంగా వచ్చే అవకాశాలు పాలిస్తున్నాయా? శక్తిమంతమైన మన నిర్ణయాలా? ఇలా పరిపరి విధాలుగా ఆలోచిస్తాం.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 13

పరిస్థితులు ఎన్నడూ మనమనుకున్నంత ఘోరంగా ఉండవు. మనకి విచారం కలిగించిన పరిస్థితులే మనకు బలాన్ని, శక్తిని, వివేకాన్ని కలిగించి మనమెవరమో తెలియజేస్తాయి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 14

తప్పులు చేయడం తప్పు కాదు. పొరబాట్లు జీవితంలో భాగం. ఎదుగుదలకు అత్యవసరం. కాని పదే పదే ఒకే తప్పులు చేయడం చాలా తప్పు. ఇది ఆత్మజాగృతి లేకపోవడాన్ని సూచిస్తుంది. మనుషులను జంతువుల నుంచి వేరు చేసే లక్షణమిది. జీవితం నుంచి నేర్చుకోండి. గతాన్ని మీకు సేవ చేయనీయండి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 15

మిమ్మల్ని మీరు కష్టపెట్టుకొనడం ఆపెయ్యండి. మీరు మనిషి. మనుషులు తప్పులు చేసేలా సృష్టించబడ్డారు. మనందరం తప్పులు చేస్తామని, మన ఎదుగుదలకు, ప్రగతికి అవి అత్యవసరమని తెలుసుకొనడంవల్ల హాయిగా ఉంటుంది. నిర్దుష్టంగా ఉండాల్సిన అవసరం పోయి, మన జీవితాలను గురించి అర్థవంతంగా ఆలోచిస్తాం. పర్వతాల నుంచి జాలువారే సెలయేరు అడవుల గుండా హుందాగా ప్రవహించినట్టు మనం కూడా జీవితాన్ని శక్తిమంతంగా హుందాగా గడపగలం. మన అసలైన స్వభావంతో మనం చివరికి ప్రశాంతంగా ఉండగలం.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 16

ప్రయత్నించడానికి ధైర్యం లేకపోవడమే ఓటమి. అంతకుమించి ఏమీ కాదు. చాలామందికి, వారి కలలకు మధ్య నిలబడి ఉండేది ఓడిపోతామనే భయం. అయినా గాని ఏ పనిలో అయినా సరే విజయం సాధించాలంటే ఓటమి అత్యవసరం. ఇది మనకు పాఠాలు చెబుతుంది, నిజమైన సఫలతా మార్గంలో మనకు మార్గదర్శకంగా ఉంటుంది.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 17

ఇతరులు చేసిన తప్పుల నుంచి కొందరు నేర్చుకుంటారు. వాళ్ళు వివేకవంతులు. వ్యక్తిగతమైన అనుభవం ఉంటేనే నిజంగా నేర్చుకోగలం అని కొందరు భావిస్తారు. అటువంటి వారు జీవితంలో అవసరం లేకుండా బాధని, నిస్పృహని అనుభవిస్తారు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 18

ఏ సమస్యలూ, ప్రతికూలతా లేనివారు భూమిలో ఆరడుగుల లోతులో ఉన్నారు. బ్రతకడమంటే సమస్యలను ఎదుర్కొనడం, బాధపడడం, నొప్పి భరించడం. ఇవన్నీ ఎదుగుదలకు, విస్తరణకు, జీవితకాల అభ్యసనానికి సాధనాలు. ఇవన్నీ మానవానుభవంలో భాగం.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 19

జీవితంలో చేసే ప్రయత్నాలన్నీ వివేకాన్ని ప్రోది చేసుకునే అవకాశాలు. మనం కావాలనుకుంటే అసలైన శక్తిని గుర్తుచేసే వేదికలు. అయితే ప్రతి జీవితంలోను తన వంతు విజయాలు, సుఖంగా గడిచిపోయిన రోజులు ఉంటాయని మనం మర్చిపోకూడదు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 20

ఏ కష్టమూ ఎక్కువ రోజులు ఉండదు. ఓటమి శాశ్వతం కాదు. ఏ బాధ శాశ్వతమైనది కాదు. కష్టపడుతున్నపుడు ఈ కష్టం ఇంక తీరదేమో అనిపించినా అది నిజం కాదు. జీవితానికి తనవైన రుతువులు, అధ్యాయాలు ఉంటాయి గమనిస్తే. కష్టకాలాలు మనల్ని మరింత మెరుగ్గా తయారుచేస్తాయి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 21

మనం జీవితంలో వివేకవంతమైన నిర్ణయాలు తీసుకుని మనకు మనమే బాధ్యులమని భావించగలిగితే మన జీవితాల్లో వేదన తగ్గుతుంది. ఈ రకంగా, మన గమ్యాన్ని మనమే రూపొందించుకుంటాం. అంతేకాకుండా మరింత సంతోషదాయక జీవితాలు గడిపే శక్తిని పొందుతాం.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 22

ఆల్బర్ట్ కేమస్ ఒకసారిలా రాశాడు, "మంచి కాలంలో, నాలో అతుల్యమైన వేసవి ఉందని కనుగొన్నాను". మనమెంత శక్తిమంతులమో, ప్రతికూలత వల్ల మనమనసులు ఒత్తిడితో, హృదయం బాధతో నిండిపోతే తప్ప మనకు తెలియదు.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 23

మన జీవితంలో జరిగే దానికి దేనికైనా మనం చెప్పుకునే అర్థమే ఉంటుంది. నొప్పి, వేదన, తీర్పు వల్లే కలుగుతాయి. మనం 'అనుకూలం', 'ప్రతికూలం' అని ముద్ర వేయకుండా వాటిని మనం ఉన్నత జీవులుగా రూపొందే అవకాశాలుగా, మన జీవితాల్లో పరివర్తన కోసం వచ్చినవిగా భావించాలి. అలా చేస్తే మనం శాంతి, సంతోషాలతో ఉండగలం.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 24

"చెడ్డ అనుభవం" అనేది గాని, మంచి అనుభవం అనేది గాని నిజానికి లేదు. జీవితం ఎలా ఉండాలో అలా ఉంటుంది. అంతా మంచే.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 25

వేదన అంటే పరిస్థితులు వాస్తవంగా ఉన్న విధానానికి, మీరు ఎలా ఉంటాయని వాటిని ఊహించుకున్న దానికి మధ్య ఉండే తేడా మాత్రమే. మీ వర్తమాన వాస్తవంలో మీకు జరిగే మంచి విషయాలను ఇతరులతో పోల్చుకొని నా జీవితం శూన్యంగా ఉందని మీరు అనుకోకుండా ఉంటే మీరు మరింత సంతోషంగా, ప్రశాంతంగా ఉండేందుకు ఎంతగానో ముందుకు వెళ్ళినట్లు భావించాలి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 26

సాధకురాలు ఉన్నత ఆత్మ అనే తుది గమ్యం చేరే ముందు ఆమెకు పరీక్ష ఎదురవుతుంది. ఆమెకు నిరంతరం తపించే నిధి లభించేముందు పరీక్ష ఉంటుంది. ఆ మార్గంలో జీవితం అలాగే ఉంటుంది. స్వయం జాగృతి ప్రయాణానికి సంబంధించిన ఏ వివేకవంతమైన పుస్తకం చదివినా, సాధకురాలు/ సాధకుడు కోరుకున్న జీవితాన్ని పొందడానికి ముందుగా ఎప్పుడూ ఒక పరీక్షనో, ప్రతికూలతనో ఎదుర్కొనడం చూస్తారు.

జులై 27

చాలామంది తమ కలలు సాక్షాత్కరిస్తాయనే ముందుగా ప్రయత్నం మానేస్తారు. చాలామంది తాము కోరుకున్న జీవితం కొన్ని అడుగుల దూరంలో ఉండగా ప్రయత్నించడం ఆపేస్తారు. మీరు అలా చేయకండి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జులై 28

జీవితం రుతువుల పరంపర అని గుర్తుంచుకోండి. ప్రతి మనిషి భయంకరమైన కొన్ని చలిగాలుల తీవ్రతకు తట్టుకుంటేనే, వేసవిలో ఆనందాన్ని అనుభవించ గలడు. ఎల్లకాలం చలికాలమే ఉండదని గుర్తుంచుకోండి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 29

మనం పడే గొప్ప వేదనవల్లే అన్నివేళల్లోనూ మనం ఎదుగుతాం అని గుర్తుంచుకోండి. వేదన పడుతున్నపుడు నొప్పి కలుగుతుంది. దాని నుంచి ముందుకు వెళుతూ ఉన్నపుడు అది ఉపశమిస్తుంది. నీళ్ళ జగ్గు కింద పడితే పగిలిపోయి నీరు బైటకు వచ్చేస్తుంది కదా. జీవితం మిమ్మల్ని ఇబ్బంది పెడుతున్నదంటే, మిమ్మల్ని కష్టపెట్టి మీలో ఉన్న ప్రేమ, శక్తి, సామర్థ్యాలను వెలికితీసి బయటి ప్రపంచంలోకి తీసుకురావడానికేనని గుర్తించండి. చిట్లిన ఎముకలా, విరిగిన చోట మరింతగా బలపడతాం.

జూలై 30

కష్టకాలంలో దేనినీ సరిగ్గా పట్టించుకోని ధోరణి మీలో ఉంటుంది. ప్రతికూలత ఎదురైనపుడే, మీ దైనందిన పనులు క్రమశిక్షణతో పూర్తి చెయ్యాలి. ఉదయమే లేవండి. మీ పవిత్ర గంటను పూర్తి చెయ్యండి. బాగా తినండి. వ్యాయామం చెయ్యండి. ప్రకృతిలో గడపండి. మీ మనస్సు, శరీరం, హృదయం, ఆత్మ అనే నాలుగు కోణాలు బాగా పనిచేసే విధంగా ఉన్నాయని నిర్ధారించుకోండి.

ప్రతికూలతని, ఆశాభంగాన్ని తట్టుకొనడం

జూలై 31

ఆలోచనలు అనుభవించండి. మీరు కష్టాల్లో ఉన్నపుడు, "సానుకూల ఆలోచనలు కలిగి ఉండండి' అని కొందరు చెబుతారు. ఇది సాయం చేసే సలహా కాదు. ఒక ప్రతికూల సంఘటనను సానుకూల సంఘటన అని అనుకోవడానికి వేగిరపడనవసరం లేదు. అలా చేయడం వల్ల మీరు తిరస్కారానికి లోనవుతారు. నొప్పి, కోపం, విచారం ఏది కలిగితే దాన్ని అనుభవించండి. వాటిని కలిగి ఉండడం తప్పు కాదు. అలా ఉండడం ఆరోగ్య వంతమైనది కూడా. వాటిని అనుభవిస్తూ పారదోలగలిగితే మీకు హాయిగా ఉంటుంది. వాటిని పట్టుకుని ఉండిపోవద్దు. అవసరమైనపుడు బాధపడాలి. ముందుకు కదలాల్సిన అవసరం వచ్చినప్పుడు ముందుకు పదండి. జీవితం జీవించడానికి.

ఆగస్టు

మానవ స్వభావాన్ని అర్థం చేసికొనడం

నాయకత్వం

శీలానికున్న గౌరవం, బలం

వాస్తవమైన విజయం

మానవ స్వభావాన్ని అర్థం చేసికొనడం

ఆగస్టు 1

బాధపడే మనుషులే బాధపడే పనులు చేయగలరు. గాయపడిన వారే ఇతరులను గాయపరచగలరు. హృదయాలు మూసుకున్న వారే అప్రియమైన విధంగా ఉండగలరు.

మానవ స్వభావాన్ని అర్థం చేసికొనడం

ఆగస్టు 2

జయించాలంటే ముందు లొంగాలి. మార్పుకు వ్యతిరేకంగా వెళ్ళడం కన్న దానితో కలిసి వెళ్ళాలి. నీటి స్వభావం ప్రవహించడం. అది ప్రవాహంతో వెళ్ళిపోతుంది. ప్రతిఘటించదు. లొంగిపోయే ముందుగా వెనుకాడదు. అయినా గాని భూమి మీద ఉన్న అత్యంత శక్తిమంతమైన శక్తులలో అది ఒకటి.

మానవ స్వభావాన్ని అర్థం చేసికొనడం

ఆగస్టు 3

సంక్షోభ సమయంలో ప్రశాంతంగా ఉండడం వల్ల ఎన్నో ఏళ్ళ బాధ, దుఃఖాలనుంచి రక్షించబడతారు. మీ కోపాన్ని నియంత్రించుకొనడానికి "త్రిద్వారపరీక్ష" వ్యూహం పాటించాలి. ప్రాచీన ఋషులు వాళ్ళు మాట్లాడే మాటలు మూడు ద్వారాలను దాటితేనే మాట్లాడేవారు. మొదటి ద్వారం దగ్గర వాళ్ళు తమను తాము ఇలా ప్రశ్నించుకునేవారు. ఈ మాటలు నిజమేనా? సరే అయితే, అవి రెండో ద్వారం దగ్గరకు వెళ్ళవచ్చు. రెండోద్వారం దగ్గర ఋషులు మళ్ళీ ఈ మాటలు అవసరమా? అని ప్రశ్నించుకొనేవారు. సరే అయితే మూడోద్వారం. అక్కడ వారు ఈ మాటలు దయగలవేనా? అని ప్రశ్నించుకొనేవారు. అటువంటివే అయితే ఆ మాటలు పెదవులు దాటి బయటి ప్రపంచంలోకి వస్తాయి.

నాయకత్వం

ఆగస్టు 4

నాయకత్వం నిజానికి జీవిత తాత్త్వికత. సిఇఒలు, మేనేజర్లు గొప్ప నాయకులైతే, ఉపాధ్యాయులు, నిబద్ధతతో పనిచేసే శాస్త్రవేత్తలు, దయగల తల్లులు అందరూ నాయకులే. శిక్షకులు క్రీడా బృందాలకు నాయకత్వం వహిస్తారు. రాజకీయ నాయకులు కమ్యూనిటీలకు నాయకత్వం వహిస్తారు. ఇదంతా లోపల నుంచే ఆరంభమవుతుంది. నాయకత్వం చేసే క్రమశిక్షణ, మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకొనడం ద్వారా ఇది మొదలవుతుంది. అందుకని పేరుపెట్టకుండా నాయకత్వం వహించండి.

నాయకత్వం

ఆగస్టు 5

మిగిలిన ప్రపంచమంతా చీకటిని చూస్తున్నప్పుడు దార్శనికులైన నాయకులు తమ ప్రజలకు ఉన్నతమైన మరింత స్ఫూర్తినిచ్చే వాస్తవాన్ని చూపిస్తారు. అంతేకాకుండా వారు ఉదాహరణ ప్రాయులుగా ఉండి మార్గదర్శకత్వం వహిస్తారు- చెప్పేది, చేసేది ఒకేలా ఉండేలా జాగ్రత్త పడతారు.

నాయకత్వం

ఆగస్టు 6

మనుషులకు నిజమైన నాయకత్వం వహించడం అంటే ప్రశంసించడం. వారిని ఖండించడం కాదు. ఇతరులతో మీ బంధుత్వం ఎంత గాఢంగా ఉంటే నాయకత్వం అంత కార్యసాధకంగా ఉంటుంది. తమను గురించి గొప్పగా భావించేవారే ఉత్తమ నాయకులు.

నాయకత్వం

ఆగస్టు 7

జీవితంలో కార్యసాధక నాయకుడు, జీవితరంగంలో ఉత్తమ ప్రదర్శకుడు కావాలంటే, అందరికీ అన్నీ కాగలిగే ప్రయత్నం చేసే సామాన్యుడిగా ఉండ కూడదు. నిపుణులు జయిస్తారు. మీ గొప్ప అవకాశాల మీద మీ నైపుణ్యాలను కేంద్రీకరించండి.

శీలానికున్న గౌరవం, బలం

ఆగస్టు 8

ఎంత చిన్న వాగ్దానాన్నైనా సరే నిలబెట్టుకొనలేకపోతే, దానికంతగా విలువలేకున్నా మీ శీలంపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. ఒక మాటను నిలబెట్టు కోలేని ప్రతిసారి మీకు, మీ జీవితంలోని వ్యక్తులకు మధ్య ఉన్న బంధాన్ని పలుచన చేస్తున్నారని భావించండి.

శీలానికున్న గౌరవం, బలం

ఆగస్టు 9

విశిష్టత పట్ల అంకిత భావం లేకుండా జీవించడం అంటే మీకిచ్చిన ప్రతిభా, నైపుణ్యాలను అగౌరవపరుస్తున్నట్లే.

శీలానికున్న గౌరవం, బలం

ఆగస్టు 10

సరైన పనులు చేయండి. మీ నిజమైన శీలంతో సరిపోయే విధంగా ప్రవర్తించండి. నైతిక నిష్ఠతో ప్రవర్తించండి. హృదయాన్ని మార్గదర్శకంగా భావించండి. మిగిలినదంతా దానంతటదే బాగుంటుంది.

శీలానికున్న గౌరవం, బలం

ఆగస్టు 11

మీకెంత పెద్ద ఇల్లు ఉన్నా, ఎంత అందమైన కారు నడిపినా జీవితంలో చివరికి మీతో వచ్చేది మీ అంతరాత్మ. అంతరాత్మ మాట వినండి. మార్గదర్శకత్వం వహించనివ్వండి. ఏది రైటో దానికి తెలుసు. జీవితంలో ఏదోరూపంలో నిస్వార్థంగా ఇతరులకు సేవ చేయడమే మీరు చేయవలసినది అని అది చెబుతుంది.

శీలానికున్న గౌరవం, బలం

ఆగస్టు 12

తేలికగా మాట్లాడవద్దు. అవి శక్తిమంతాలు. వాటికి నాటకీయ పరిణామాలు ఉండవచ్చు. మీరేదైనా చెబుతున్నపుడు, అది చెప్పేది నిజంగా చెప్పండి. మీరు నిజంగానే చెబుతున్నారని స్పష్టం చెయ్యండి. ప్రామాణికంగా సంభాషించడం శక్తిమంతం. అరుదైనది కూడ.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 13

ప్రాథమిక అంశాలను నిరంతరం నిపుణంగా పరిశీలిస్తూ ఉంటే విజయం లభిస్తుంది. విశిష్టంగా చేయాలని, జనంతో మర్యాదగా ఉండాలని, కష్టించి పనిచేయాలని, మధ్యలో ఏ పనినీ ఆపకూడదనే, సూత్రాలను పాటిస్తూ, ఇతరులకు ఓటమి కనిపించే చోట అవకాశాన్ని చూస్తూ, మీతో మీరు నిజాయితీగా ఉంటే మరింత మెరుగ్గా ఉండగలుగుతారు.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 14

సంతోష రహస్యం సరళమైంది: మీకు నిజంగా ఏం చేయాలని ఉందో తెలుసుకుని, దానిని చేయడానికి శక్తియుక్తులన్నీ ఉపయోగించడం. మీ మానసిక శక్తిని, బలాన్ని మీకిష్టమైన పనికోసం ఏకాగ్రంగా నిలిపి పనిచేస్తే మీ జీవితంలోకి సమృద్ధి ప్రవహిస్తుంది. మీ కోరికలన్నీ సులభంగా, హుందాగా తీరిపోతాయి.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 15

మీ లక్ష్యాలను సాధించడానికి స్థిరంగా పనిచేస్తూ, జీవితోద్దేశం నెరవేర్చే దిశలో ఆత్మవిశ్వాసంతో నడుస్తూ ఉంటే శాశ్వతమైన ఆనందం దొరుకుతుంది. మీ లోపల ఉన్న అంతరాగ్నిని జ్వలింపజేసే రహస్యమిదే.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 16

మీరు సాధించాలనుకున్న ఉన్నత లక్ష్యాలను గురించి ఆలోచిస్తూ, వాటి సాధనకు అంకిత భావంతో కృషి చేస్తూ వాటిని ముందుకు కొనసాగించడానికి అనుదినం పనిచేస్తుంటే, మీరు వెదికే సంతోషం లభిస్తుంది. అంత ముఖ్యం కాని వాటికోసం, ముఖ్యమైన విషయాలను ఎన్నటికీ విడిచిపెట్టకూడదనే నిత్యసత్యాన్ని ప్రత్యక్షంగా ఆచరించి చూపించడం ఇది.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 17

మీక్కావలసిన అందమైన వస్తువులు సమకూర్చుకోండి. కాని వాటికి బందీలు కావద్దు. వాటిని సొంతం చేసుకోండి. కాని వాటికి సొంతం కావద్దు. మీ జీవిత ప్రధానోద్దేశం మరింత ముఖ్యమైన పనులు చేయడం అంటే మీ అత్యున్నత శక్తి సామర్థ్యాలను కనుగొనడం, మిమ్మల్ని మీరు ఇతరులకు ఉపయోగపడేలా మలచుకొనడం, మీ కోసం కాకుండా మరింత ముఖ్యమైన దేనికోసమో జీవిస్తూ ప్రత్యేకంగా ఉండడం వంటి వాటి కోసం కృషి చేయండి. విజయం మంచిదే. కాని ప్రాముఖ్యత అనేది ఈ ఆటకు అసలు పేరు.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 18

మీరు ఎక్కాల్సిన పర్వతాన్ని ఎక్కలేదని తెలుసుకొనడానికి జీవితమంతా పర్వతం ఎక్కుతూ గడపడంలో ప్రయోజనం ఏమిటి?

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 19

ఎన్నో రకాల సంపదలున్నాయని గుర్తుంచుకోండి. వాటిలో ఆర్థిక సంపద ఒకటి మాత్రమే. మంచి బంధుత్వాలు, చుట్టూ ప్రేమించే కమ్యూనిటీ ఉన్నవారు నా అభిప్రాయంలో సంపన్నులు. మంచి ఆరోగ్యం, సాహసం, ఉత్తేజం, నిరంతరం నేర్చుకొనడం మరొక రకమైన సంపద. జీవితంలోని ప్రతి విషయంతో గాఢంగా బంధమేర్పరుచుకొని, ప్రతి ఉదయం ప్రగాఢమైన ప్రశాంతతతో మేల్కొనే వ్యక్తి, సత్యం తెలిసిన వ్యక్తి మరో రకమైన సంపదను కూడబెట్టినట్లుగా మనం భావించవచ్చు. గుంపు – మనం సమాజమని పిలిచే మన తెగ – మనం పొందాల్సింది ఆర్థిక సంపద అని మనకు నూరిపోసింది. అది అబద్ధం.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 20

అదనపు విలువను సమకూర్చడం ఇతరులకు మంచి చేయడం వల్ల వచ్చే (బైప్రోడక్ట్) అనుబంధ ఉత్పత్తి డబ్బు. మీరు చేసే పని గొప్పగా చేయడంపై దృష్టి కేంద్రీకరించండి. ఇతరుల జీవితాలను మరింత మెరుగ్గా చేయడానికి మిమ్మల్ని మీరు అంకితం చేసుకోండి. మీ వృత్తి, వ్యక్తిగత జీవితాలలో ప్రతి అంశం విశిష్టంగా ఉండాలి. ఇతరుల కోసం అసాధారణ విలువను సృష్టించండి. ధనం అదే వస్తుంది.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 21

చాలా తరచుగా మనం కొన్ని వీరోచితమైన పనులు చేసి మన జీవితాలకు విలువను, మనకు విజయాన్ని సాధించుకోవాలని ఆలోచిస్తుంటాం. రోజు ముగిసే సరికి విలువైన వస్తువులు, సొంత ఆస్తులు సంపాదించాలని నమ్ముతూ మోసపోతుంటాం. కాని నిజమైన సంతోషానికి మార్గం అది కాదు. నిజమైన, చిరంతనమైన సంతోషం మరువలేని జ్ఞాపకాలు, ప్రత్యేక క్షణాలను పోగు చేసుకొనడం ద్వారా లభించేది.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 22

విశిష్టమైన జీవితం గడపడం అంటే ఆత్మ ప్రేమను సాక్షాత్కరింపజేసుకొనడం. తనను తాను భూమ్మీద ఉన్న గొప్ప వ్యక్తులలో ఒకడినని భావిస్తూ జీవించే వ్యక్తి – నిజంగానే గొప్పవాడు – ఆత్మగౌరవం బాగా ఉన్న వ్యక్తే కాకుండా, తనను సృష్టించిన ప్రకృతి శక్తి పట్ల గాఢమైన గౌరవం ఉన్నవాడు.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 23

తన అసలైన, ఉన్నత ఆత్మను చేరుకోవాలనే ఇంటి మార్గంలో సాధన చేస్తూ ప్రయాణించే సాధకుడు నిరంతరం తనకు తెలియని ఎన్నో భయాలను ఎదుర్కొనాల్సి ఉంటుంది. అచేతన స్థితిలో జీవిస్తూ మన భయాలెన్నో ఉప చేతన మనస్సులోనే ఉండిపోతాయి. చేతనస్థితిలో అవి ఉన్నాయని కూడా మనకు తెలియదు. అవి మనలో నిద్రాణంగా ఉంటాయి. అయితే అవి మన నిర్ణయాలలో చాలా వాటిని ప్రభావితం చేస్తూ అదృశ్యస్థాయిలో మన జీవితాలను నడిపిస్తాయి. మనం జాగృతమై మన జీవితాలను మరింత నిజమైన చట్రం ద్వారా చూస్తుంటే, మన లోపలి భయాలు వెలుగులోకి వస్తాయి - వాటిని పారదోలాలంటే మనం వాటిని ఎదుర్కోవాలి.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 24

కళాత్మకంగా తీర్చిదిద్దినట్లుగా ఉండే జీవితాన్ని సృష్టించుకోండి. మీకాసామర్థ్యం ఉంది. మనందరం వాస్తవంగా అలాగే చేస్తాం. అక్కడికి చేరడానికి అవసరమైన ఆంతరిక కృషి మనం చేయగలమా లేదా అనే దాన్ని బట్టి అది ఉంటుంది. జీవిత నిపుణత మొదలయ్యే చోట స్వయం నిపుణత ఉంటుంది. మీ బాహ్య ప్రపంచం మీకన్న పెద్దదిగా ఉండదు.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 25

క్రమం తప్పకుండా జర్నల్ రాయడం అత్యంత శక్తిమంతమైంది. ఇది మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకొనడానికి, మీ ఆత్మ సంబంధాన్ని గాఢం చేసుకొనడానికి సాయం చేస్తుంది. మీ జర్నల్ చూసి మిమ్మల్ని మీరు పరీక్షించుకోగలగాలి. అలా కలిగిన జాగృతి ద్వారా మెరుగైన నిర్ణయాలు తీసుకోగలుగుతారు. మెరుగైన నిర్ణయాల వల్ల మెరుగైన ఫలితాలు వస్తాయి.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 26

మీ శరీరాన్ని గౌరవించుకునే ధైర్యం మీకుంటే వ్యక్తిగా మీకు ఆశ్రయమిచ్చిన దేవాలయం - వ్యక్తిగత నియంత్రణ ఎంతో దూరంలో ఉండదు. ఇష్టం లేకపోయినా జిమ్‌కి వెళ్ళి వ్యాయామం చేసిన రోజున మనిషిగా మరింత బలవంతులవుతారు. చలిగా ఉన్న రోజున ముసుగుతన్ని పడుకోకుండా వాహ్యాళికి వెళ్ళినపుడు మీ మానవతను మరికొంచెం వాస్తవికం చేసుకున్నట్టు. మీ శారీరక పరిస్థితిని మెరుగుపరచుకునే విధంగా పనిచేస్తుంటే శీలం మెరుగవుతుంది. మీ జీవన నాణ్యత పెరుగుతుంది. మంచి ఆరోగ్యమే నిజమైన సంపద. సమాధిలో ఉండి సంపన్నుడుగా ఉండడం వల్ల లాభమేమిటి?

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 27

జీవితంలో చిన్న విషయాలే పెద్దవి. ప్రతిరోజు, ప్రతిగంట, ప్రతి నిముషం మీరు తీసుకునే చిన్న నిర్ణయాలే చివరికి జీవితంలో మీరు పొందే విజయాల నాణ్యతను నిర్ణయిస్తాయి.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 28

దీర్ఘమైన, సంతోషభరిత జీవితానికి నిత్యరహస్యం చేసే పనిని ప్రేమించడం. చరిత్రలో ఎంతో తృప్తిగా జీవించిన వ్యక్తుల జీవితాలలో బంగారు సూత్రమేమిటంటే, వారికి తాము జీవిక కోసం చేస్తున్న పని పట్ల ప్రేమ ఉండడం. మానసిక శాస్త్రవేత్త వేరా జాన్ స్టెయినర్ వందమంది సృజనాత్మక వ్యక్తులను ఇంటర్వ్యూ చేసి వాళ్ళందరిలో ఒక విషయంలో సమానత్వం కనుగొన్నారు: తాము చేస్తున్న పని పట్ల అమితమైన ఇష్టం. స్పాలకు వెళ్ళడం కన్న చేసిన పనికి ప్రతిఫలం వచ్చేది, మానసికంగా సవాలు విసరుతూ, సరదాగా అనిపించే పని మీ ఆత్మను ఉత్తేజితం చేసి హృదయాన్ని సంతృప్తిగా ఉంచుతుంది.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 29

మీ జీవితకథను ముందుగానే రాయడం అత్యంత శక్తిమంతమైన పనులలో ఒకటి. మీరు చెప్పిన విధంగానే కచ్చితంగా జరగకపోవచ్చు కాని "ఎక్కడికి వెళుతున్నారో తెలియకపోతే, ఏ దారైనా అక్కడికి తీసుకెళుతుంది". ప్రణాళిక అస్సలు లేకుండా ఉండడం కన్న ప్రణాళిక ఉండడం మేలు. వ్యక్తిగత బాధ్యతకు శక్తిమంతమైన పని ప్రణాళిక వేసుకొనడం.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 30

పెద్దమొత్తంలో ఉండే ఆస్తుల విలువలో సంతోషం ఉండదు. అది పెద్ద మొత్తంలో ఉండే స్వయంవిలువను పెంచుకొనడంలో ఉంది. ఎక్కువ డబ్బుండడంలో లేదు. ఎక్కువ సార్థకంగా ఉండడంలో ఉంది. ఇది కేవలం విజయం సాధించడం కాదు – నిజంగా ప్రాముఖ్యం కలిగి ఉండడం – ప్రపంచంలో శాశ్వత విలువను సృష్టించగలిగే వ్యక్తిలా ఉండడం.

వాస్తవమైన విజయం

ఆగస్టు 31

ప్రేమించే దాని కోసం బాధపడుతూ ఉండడం కన్న ఉన్నదాన్ని ప్రేమించడంలో మనిషిగా మీ పరిణతి ఉంది.

సెప్టెంబర్

అసాధారణ విజయం

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 1

ఓటమి ఒక నిర్ణయం. ఏ పురుషుణ్ణి గాని, స్త్రీని గాని వాళ్ళు తక్కువగా ఉండడానికి ఇష్టపడకపోతే ఎవరూ ఆపలేరు. హృదయంలో గట్టిగా నిర్ణయించుకోండి – ఏం జరిగినా సరే వాస్తవిక మార్గంలో నడుస్తూనే ఉంటాను అని. విశిష్టమైన జీవితం రూపొందించుకొనడానికి నిరంతరం ప్రయత్నిస్తుండండి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 2

కొత్త ఆలోచననుగాని, వ్యూహాన్ని గాని ఆచరణలో పెట్టడానికి ఎంత ఆలస్యం చేస్తే అంతగా మీకు దానిమీద ఉన్న ఆసక్తి చచ్చిపోతుందని ఉద్దేశబలం కోల్పోయే సూత్రం చెబుతుంది. మార్పు కోసం ప్రతిరోజూ మీ వ్యూహాన్ని గురించి ఆలోచించండి అది త్వరగా అంతరించిపోకముందే. అది అంతరిస్తే మీ భవిష్యదర్శనం కూడ అదృశ్యమవుతుంది. ప్రపంచశ్రేణి వ్యక్తులు గొప్ప ఆలోచనను కార్యరూపంలోకి తేకుండా వదిలిపెట్టరు. ఆచరణలో పెట్టకుండా ఆలోచనలు ఉండడం భ్రమ తప్ప మరేదీ కాదు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 3

చాలామందికి తాము చెయ్యాల్సిన పనిని సరైన సమయంలో చేసే క్రమశిక్షణ లేకపోవడం వల్ల అసమర్థత కలుగుతుంది. తేలికగా వెంటనే చెయ్యాల్సిన పనులు చేసివేస్తూ ముఖ్యమైన వ్యాపార పనులు, జీవితంలో చెయ్యాల్సినవి వాయిదా వేస్తారు. కాని చివరికి జీవితాన్ని కోల్పోయాయని గ్రహిస్తారు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 4

ఒకే పనిని రోజూ చేయడం వల్ల కొత్త ఫలితాలు రావు. మీకు వచ్చే ఫలితాలు మార్చాలంటే, చేసే పనులు కూడా మార్చాలి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 5

వ్యక్తిగత సమర్థతకు అసలైన రహస్యం ఉద్దేశం మీద ఏకాగ్రత కలిగి ఉండడం. మీరు దృష్టి పెట్టి శ్రద్ధను, శక్తిని వెచ్చించాల్సిన కార్యకలాపాలున్నాయి. అలాగే ఇవేవీ అవసరం లేని కార్యకలాపాలు కూడా ఉన్నాయి. పనులు పూర్తి చేయడానికి ఏ పనులు చేయకుండా ఉండవచ్చు అనే రహస్యం తెలుసుకోవాలి. విజయానికి దృష్టిని కేంద్రీకరించడం కీలకం. కన్ఫ్యూసియస్ "రెండు కుందేళ్ళను తరిమే వ్యక్తి దేనినీ పట్టుకోలేడు" అని చెప్పాడు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 6

మీ రోజులలో ప్రతి ఒక్కటీ ప్రముఖమైనదేనని మర్చిపోవద్దు. మీ రోజులు మీ జీవిత మినియేచర్లు. రోజులను ఎలా గడుపుతారో జీవితాన్ని అలాగే గడుపుతారు. ఒక్కరోజు కూడా వృథా చేయవద్దు. గతం చరిత్ర. భవిష్యత్తు ఊహాకల్పితం. ఈ రోజు, వర్తమానమే మీకున్నది. ఈ రోజు మీరు చేసేదే రేపు ఎలా ఉంటుందో శక్తిమంతంగా ప్రభావితం చేస్తుంది.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 7

అతుకులు వెయ్యడంవల్ల ఉపయోగం లేదు. శాశ్వతమైన ఆంతరికమార్పు రావాలంటే సమయం, ప్రయత్నం అవసరం. పట్టువదలకుండా చేయడమే వ్యక్తిగత మార్పుకు తల్లిలాంటిది. కష్టపడకుండా, త్యాగం చేయకుండా గొప్పపనులు చేయలేం.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 8

రిస్కుని (ఇబ్బందిని) అంచనా వేసి పనిచేస్తే బాగా లాభాలు వస్తాయి. ఒక పాదం రెండో మెట్టు మీదే ఉంచితే మూడో మెట్టు ఎక్కగలమా? అన్నిటికంటె పెద్ద రిస్కు ఏమిటంటే అసలు రిస్కు చేయకుండా ఉండడం.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 9

కాగితం మీద పెట్టిన పనులు జీవితంలో చేస్తామని చెప్పినవి. కాలప్రణాళిక వేసుకున్న పనులు పూర్తవుతాయి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 10

మీతో మీరు ఎంత క్రమశిక్షణతో ఉంటే మీ జీవితం మీతో అంత సరళంగా ఉంటుంది. మీతో మీరు ఎంత కఠినంగా ఉంటే, జీవితం మీతో అంత మృదువుగా ఉంటుంది. మీతో మీరు బలంగా వ్యవహరిస్తూ, బలహీనతలపై పట్టుసాధిస్తే, స్వయం క్రమశిక్షణ కలిగి ప్రతిసారి సరైనపని చేస్తుంటే మీ జీవితం గొప్పదవుతుంది.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 11

ఎంత ఎక్కువగా విశ్రాంతి తీసుకుని, సరదాగా ఉంటే అంతగా నిజమైన సంతోషాన్ని అనుభవించే అవకాశం ఉంటుందని మనిషి అనుకుంటాడు. అయితే సంతోషానికి కీలకం ఏమిటో ఒక్కమాటలో చెప్పగలం: సాఫల్యం. మీకు ముఖ్యమైన ప్రగతిశీల సాఫల్య ఫలితాలే విజయం. మనం కోరుకున్న జీవితాలను సృష్టించగలిగితే సంతృప్తి సంతోషం కలుగుతాయి. గొప్ప పనులు సాధిస్తూ కూడా సరదాగా ఉండడం ముఖ్యం.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 12

మీరు చూడలేని లక్ష్యాన్ని గురిపెట్టలేరు. జనం సంతోషంగా ఉండాలని, మరింత శక్తితో, సమృద్ధమైన అనురక్తితో జీవించాలని కలలగుంటూ జీవితం గడుపుతారు. కాని తమ లక్ష్యాలను రాసుకొనడానికి ఒక్క పది నిముషాలు వెచ్చించడం ఎంత ముఖ్యమో గ్రహించరు. జీవిత పరమార్థం గురించి లోతుగా ఆలోచించడం గాని చేయరు. లక్ష్యనిర్దేశం జీవితాన్ని అద్భుతంగా మలుస్తుంది. మీ ప్రపంచం సంపన్నంగా, ఆనందమయంగా, జాజ్వల్య మానంగా ఉంటుంది. స్పష్టత నిపుణత కన్న ముందుంటుంది.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 13

ఒత్తిడి అన్నివేళలా చెడ్డది కాదు. గొప్ప ఫలితాల సాధనకు ఒత్తిడి ప్రేరకం కావచ్చు. జనం క్షణం తీరిక లేకుండా పనిచేస్తే తమ లోలోపలి సామర్థ్యాలను బాగా వెలికితీసి అద్భుతమైనవి సాధించగలరు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 14

మీ కలలను సాకారం చేసుకోవడానికి అనురక్తి అనే ఇంధనం అత్యంత సమర్థమైనది.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 15

మీ పోటీలో మీరు పరిగెత్తడానికి ధైర్యం సహకరిస్తుంది అది సరైనదని మీకు తెలుసు గనుక మీరు చేయాలనుకున్నది చేయడానికి ధైర్యం అనుమతిస్తుంది. ఇతరులు ఓటమి చవిచూసిన చోట కొనసాగడానికి స్వయంనియంత్రణను ధైర్యం ఇస్తుంది. చివరికి, మీరెంత ధైర్యంగా జీవిస్తారో, అదే మీకు దొరికే సార్థకతను నిర్ణయిస్తుంది.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 16

మీకు మీరు నిర్ణయించుకునేవే జీవితంలోని పరిమితులు. సౌకర్య వలయం నుంచి బయటపడి, తెలియని దానిని శోధిస్తే, అప్పుడు మీ అసలైన మానవ సామర్థ్యాన్ని విముక్తం చేయడం ఆరంభిస్తారు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 17

రంగంలోకి దిగాలి, విమర్శకులను మర్చిపోండి, వర్తమానంలోని ప్రతిభలతో బాగా పనిచేయండి. మీ విమర్శకుల మాటలు వింటే జీవితంలో గొప్పదేదీ సాధించలేరు. జీవితం చిన్నది. బీచ్‌లో వేడిగా ఉన్న రోజున మీ వ్రేళ్ళ సందుల్లోంచి ఇసుక జారిపోయినట్లుగా సంవత్సరాలు వేగంగా గడిచిపోతాయి. మీరు ప్రకాశించవలసి ఉంది. మీ సామర్థ్యాలను బయటికి తీసుకుని రండి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 18

మీ ఉత్తమ జీవితాన్ని మేల్కొలపటానికి "సజీవంగా ఉన్నపుడు చనిపోవడం" ముఖ్యం. చాలామంది ప్రపంచంలో ఉన్న సమయమంతా తమకే ఉన్నట్లుగా బ్రతికేస్తుంటారు. ఉన్న సమయాన్ని వ్యర్థం చేస్తూ ఇంకా సమయం ఉంటే బాగుండునని అను కుంటారు. భవిష్యత్తులో ఏదో జరిగితే తప్ప అలా ఉండడం ఆపరు. మీ ఉత్తమ జీవితాన్ని మేల్కొలపడానికి ప్రతిరోజూ భూమ్మీద ఇదే మన చివరి రోజు అనుకుని జీవించాలి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 19

అత్యంత వాస్తవికంగా జీవించేవారిని, ఎన్నడూ స్ఫూర్తి లేని జీవితాలు జీవించే వారిని వేరు చేసేది ఏమిటంటే తక్కువ అభివృద్ధి చెందిన వాళ్ళు చెయ్యడానికి ఇష్టపడనివి - తమకి చెయ్యడానికి ఇష్టం లేకపోయినా సరే చెయ్యడం.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 20

నిజంగా సఫలత సాధించిన వ్యక్తులు, రోజూ గాఢమైన సంతోషాన్ని అనుభవించే వారు దీర్ఘకాలిక సార్థకత (తృప్తి) కోసం స్వల్పకాలిక సంతోషాన్ని వదులుకోవడానికి సిద్ధపడతారు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 21

జీవితంలో ఒకే ఒక ఓటమి ఉంది. అది ప్రయత్నించడానికి విఫలమవడం. మీరు ఆడాల్సిన పెద్ద ఆట ఆడటానికి ఇష్టపడకపోవడం, మిమ్మల్ని భయపెట్టే చోటికి వెళ్ళకపోవడం జీవితంలో పెద్ద ఓటమి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 22

కొలంబస్ కన్న ముందు వెళ్ళిన సాహసికులందరు తీరానికి సమీపంలో ప్రయాణించారు. నౌకాప్రయాణానికి అంగీకృతమైన పద్ధతి ఇది. కొలంబస్ భిన్నంగా వెళ్ళడానికి ధైర్యం చేశాడు. మిగిలిన అందరూ చేసిన దాన్ని చేయడానికి అతడు తిరస్కరించాడు. కొంచెం రిస్కు చేశాడు: తీరానికి దూరంగా సముద్రం మధ్యలో ప్రయాణించాడు. తెలిసిన దానిని వదలి, తెలియని చోటికి ప్రయాణించే సాహసం ఉన్నందువల్ల అతను గొప్ప హీరోలలో ఒకడయ్యాడు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 23

గుంపు ఆజ్ఞలను ధిక్కరించి, హృదయం చెప్పేది, అంతరాత్మ చెప్పేది వినే అహేతుకమైన వారి వల్లే ప్రగతి కలుగుతుంది. రిస్కు తీసుకొనే వారివల్ల, తమకు భయం కలిగించే ప్రదేశాలకు వెళ్ళడానికి సిద్ధపడే స్త్రీ పురుషుల వల్ల ప్రగతి వచ్చింది. ఇతరులు అసాధ్యమని తిరస్కరించిన దానిని అంగీకరించ కుండా ముందుకు వెళితే గొప్పదనం లభిస్తుంది.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 24

జ్ఞానం సమర్థమైన శక్తి. ఈ శక్తిని సాక్షాత్కరింపజేసుకొనడానికి దానిని అనువర్తించాలి. ఏ పరిస్థితుల్లోనైనా, తమ జీవితాల్లో కూడా ఎప్పుడు ఏం చేయాలో చాలామందికి తెలుసు. సమస్యేమిటంటే, వాళ్ళు రోజూ, ఆపకుండా తమ జ్ఞానాన్ని ఉపయోగించి, కలలను సాకారం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించరు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 25

గొప్పగా బ్రతకాలంటే గొప్ప రిస్కు తీసుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉండాలి. ముత్యాల కోసం, ఈదేవాడు లోతుకు వెళ్ళాలి, పిరికి వారు ఎన్నడూ వెళ్ళలేని ప్రదేశాలకు వెళ్ళేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 26

కొత్త అలవాటు చేసుకుంటున్నప్పుడు కొంచెం అసౌకర్యంగా ఉంటుంది. కొత్త చెప్పులు వేసుకొనడం లాంటిది - ముందు కొంచెం ఇబ్బంది అనిపించినా, తర్వాత అవి చేతి తొడుగులా అమరిపోతాయి. మనలో గొప్పవారికి అసౌకర్యంగా ఉండడమే సౌకర్యంగా అనిపిస్తుంది.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 27

విశిష్ట వ్యక్తులు ప్రాధాన్యతని బట్టి ప్రవర్తిస్తారు. కాలనియంత్రణ రహస్యమిదే. మీ సమయాన్ని మీ ప్రాధాన్యతలను బట్టి వినియోగిస్తే మీరు సఫలమవుతారు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 28

లక్ష్యాలను ఏర్పరచుకొనడం, సాధించడం మీకు అందే బహుమతుల విలువలో ఉండదు, మీ లక్ష్యసాధన చేసి, శిఖరాగ్రం చేరిన మీ వ్యక్తిత్వంలో ఉంటుంది. మీరు ఒక లక్ష్యాన్ని సాధిస్తే, అది అసామాన్య నాయకుడు కావడంగాని మంచి తల్లిదండ్రులు కావడం గాని కావచ్చు. ఆ ప్రక్రియలో మీరొక వ్యక్తిగా ఎదుగుతారు. తరచుగా ఈ ఎదుగుదల మీకు కనిపించదు కాని అదృశ్య స్థాయిలో ఈ ఎదుగుదల జరిగి తీరుతుంది. మీరు జాగృతిని, స్వయం క్రమశిక్షణను అలవరచుకున్నారు, మీ సామర్థ్యాలకి సంబంధించి కొత్త విషయాలు కనుగొన్నారు. మనిషిగా మీ సామర్థ్యాన్ని చాలావరకు సాక్షాత్కరింప జేసుకున్నారు. ఇవే మీకు లభించే లభించగల బహుమతులు.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 29

మనలో చాలామంది మనకు తెలిసిన పనులన్నీ చేయడానికి మనకు చాలా సమయముందని, మనం సంపూర్ణ జీవితాన్ని అనుభవించాలని భావిస్తాం. అలా అనుకుని రోజువారీ అత్యవసరమైన పనులు చేస్తూ కలల సాకారాన్ని దూరంగా పెడుతూ పోతాం. ఇది పశ్చాత్తాపంతో జీవించే మార్గం. సమయాన్ని అర్థవంతంగా గడపడానికి నిబద్ధంగా ఉండండి. మీ సమయం ఎంత ముఖ్యమైనదో జాగృతంగా గుర్తించడం నేర్చుకోండి. అత్యంత విలువైన ఈ కాలాన్ని జనాలను వృథా చేయనివ్వకండి. నిజంగా అర్థవంతమైన కార్య కలాపాలకు దీనిని వినియోగించండి.

అసాధారణ విజయం

సెప్టెంబర్ 30

ఎంత ఎక్కువ అడిగితే అంత ఎక్కువ లభిస్తుంది. కాని దీనిలో నిపుణత్వానికి అభ్యాసం కావాలి. విజయం అంకెల ఆట. బౌద్ధ సన్యాసులు చెప్పినట్లుగా, "లక్ష్యాన్ని ఛేదించిన ప్రతి బాణం వందసార్లు విఫలమైనదానికి ఫలితం". మీకిష్టమైన రెస్టారెంట్లో మంచి టేబుల్‌ని అడగండి, మీరు వెళ్ళే ఐస్‌క్రీం షాపులో మరో స్పూను ఉచితంగా పెట్టమనండి, వచ్చేసారి ఫ్లైట్లో మీ కాంప్లిమెంటరీని పెంచమనండి ఇలా మీ 'అడిగే కండరాలను' వ్యాకోచింపచేయండి. మీక్కావలసినది నిజాయితీగా అడిగితే మీ జీవితంలోకి ఎంత సమృద్ధి వస్తుందో చూసి ఆశ్చర్యపోతారు.

అక్టోబర్

అసాధారణ విజయం

మంచి అలవాట్లు

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 1

దృఢమైన సంకల్పానికి, వ్యక్తిగత క్రమశిక్షణ కలిగి చిన్న చిన్న అత్యవసరమైన పనులు చెయ్యాలి. అలవాటుగా చేస్తూ పోతే చిన్న పనులు ఒకదానిపై ఒకటి చేరి ఆంతరిక బలాన్ని సమృద్ధం చేస్తూ పోతాయి. ఆఫ్రికా పాత సామెత దీనికి సరైన ఉదాహరణ: "సాలెగూళ్ళు కలిస్తే సింహాన్ని కట్టేస్తాయి".

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 2

ఒక్క రోజులో మీ ప్రపంచాన్ని మార్చుకోనవసరం లేదు. చిన్నగా ఆరంభించండి. వెయ్యి మైళ్ళ ప్రయాణం కూడా ఒక్క అడుగుతోనే మొదలవుతుంది. డిగ్రీల వల్ల గొప్పగా ఎదుగుతాం. చిన్న చిన్న అడుగులు రోజూ వేస్తుంటే కాలక్రమంలో అద్భుతమైన ఫలితాలు వస్తాయి.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 3

బాల్యం నుంచే సమయాన్ని విచక్షణతో ఉపయోగించుకునేవారు, సంపన్నమైన, ఉత్పాదకత గల, సంతృప్తికరమైన జీవితాలను బహుమతిగా పొందుతారు. "కాలాన్ని నిపుణంగా ఉపయోగించుకొనడమే జీవితాన్ని నిపుణంగా ఉంచుకొనడం" అనే సూత్రం తెలియని వారు తమకున్న అమితమైన మానవ సామర్థ్యాన్ని గుర్తించలేరు. వాళ్ళు జీవితమంతా పశ్చాత్తాపపడుతూ గడిపేస్తారు.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 4

వార ప్రణాళిక వేసుకోండి. సమయాన్ని సృజనాత్మకంగా గడపండి. మీ ప్రాధాన్యత లను బట్టి సమయాన్ని కేటాయించుకునే క్రమశిక్షణ కలిగి ఉండండి. భారీగా ఆలోచించవద్దు. సంక్లిష్టత నుంచి సరళతకు మారండి. అత్యంత అర్థరహితమైన వాటికోసం మీ జీవితంలోని అర్థవంతమైన విషయా లను త్యాగం చేయకూడదు. గుర్తుంచుకోండి, ప్రణాళిక వేసుకొనకపోవడం నిజానికి ప్రణాళిక వేసుకొనలేక విఫలమవడం.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 5

మీ పనిరహిత గంటలను మెరుగుపరచుకోవడానికి వెచ్చించే సమయం ఎన్నడూ వృథా కాదని గుర్తుంచుకోండి. ఇది మీ పని వేళల్లో మిమ్మల్ని బాగా సమర్థంగా పనిచేసేలా చేస్తుంది. తరచుగా మనం చాలా విశ్రాంతిననుభవిస్తున్నపుడు చాలా గొప్ప ఆలోచనలు వస్తాయి.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 6

మీరు చేసే ప్రతి పని విశిష్టంగా ఉండేలా చేయాలని కృషి చేస్తే, మీరు రోజులను గడిపే విధానాన్ని చూసి మీకు ఒక విధమైన గొప్ప సానుకూల గర్వం కలుగుతుంది. ఆత్మగౌరవం, ఆత్మవిశ్వాసాలను పెంచుతుంది. దీనివల్ల గొప్ప శక్తి, అనురక్తి కలుగు తాయి. మీ గురించి మీరు మంచి అనుకుంటారు. తమ గురించి తాము మంచి అనుకునేవారు గొప్ప పనులు చేసి విశిష్టమైనవి సృష్టిస్తారు. ఇందువల్ల వారి విశిష్టతా ప్రమాణాలు మరింత పెరుగుతాయి. ఇది వ్యక్తిని ఉన్నతస్థితికి చేర్చి సంతోషం, సార్థకత, ఆంతరిక శాంతి లభింపజేసే మెలికల దారి.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 7

మీ అస్తిత్వాన్ని అసామాన్యం చేసుకోండి – మీ డిఫాల్ట్.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 8

చిన్న విషయాల్లో సామాన్యంగా సర్దుకుంటే, పెద్ద విషయాల్లో కూడా సామాన్యంగా సర్దుకుపోతారు. అసాధారణ వ్యక్తిగత పనితీరుకు చైతన్యంతో నిబద్ధంగా ఉండకపోతే, సాధారణ వ్యక్తిగత పనితీరుకు అచేతనంగా నిబద్ధంగా ఉన్నట్లే.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 9

బాగా విజయవంతం, సార్థకమైన జీవితానికి స్వయంక్రమశిక్షణ బంగారు సూత్రం. హృదయంలో బాగా మీరు చేయాల్సిన పని అనిపిస్తూ ఉన్నా, చేయడానికి ఇష్టపడని పనులను క్రమశిక్షణ మీతో చేయిస్తుంది.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 10

స్వయంక్రమశిక్షణ లేకుండా, లక్ష్యాలు స్పష్టంగా ఉంచుకోలేరు, సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోలేరు, ఎవరినీ మర్యాదగా చూడలేరు, కష్టకాలంలో ప్రయత్నిస్తూ ఉండలేరు, ఆరోగ్యసంరక్షణ చేసుకోలేరు, సానుకూలమైన ఆలోచనలు చేయలేరు.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 11

మీ సమయాన్ని కాపాడుకోండి. కాదు అని చెప్పడం నేర్చుకోండి. చిన్న విషయాలకు కాదు అని చెప్పడం నేర్చుకుంటే, పెద్ద విషయాలకు అవును అని చెప్పే శక్తి వస్తుంది.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 12

ఎక్కువ పనిచేయడానికి, ఎక్కువ అనుభవించడానికి మిమ్మల్ని మీరు ప్రోత్సహించుకోండి. శక్తిని పెంచుకుంటూ మీ కలలను విస్తరింపజేసుకోండి. అవును. మీ కలలను విస్తరించండి. మీ మనసనే కోటలో అనంతమైన శక్తిని ఉంచుకొని కూడా సగటు జీవితాన్ని అంగీకరించవద్దు. మీ గొప్పదనాన్ని అందుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. ఇది మీ జన్మహక్కు.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 13

ఓటమి అసాధ్యమనేలా పనిచేస్తూ ఉండండి. విజయానికి హామీ లభిస్తుంది. భౌతికమైనవైనా, ఆధ్యాత్మికమైనవైనా సరే లక్ష్యాలను సాధించలేను అనే ఆలోచనలను తుడిచిపెట్టండి.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 14

ధైర్యంగా ఉండండి. మీ ఊహాశక్తికి పరిమితులు పెట్టుకోవద్దు. గతానికి బందీగా ఉండవద్దు. మీ భవిష్యత్తుకి మీరే వాస్తుశిల్పి.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 15

కేవలం అస్తిత్వంతో ఉండడానికి నిజంగా జీవించడానికి మధ్య చాలా తేడా ఉంది. మామూలుగా బ్రతకడం, వాస్తవంగా గొప్పగా బ్రతకడానికి తేడా ఉంది. విచారించదగిన విషయమేమిటంటే చాలామందికి తమలో ఉన్న మానవ ప్రతిభల గురించి పట్టించుకొనకుండా, జీవితంలో పనిచేయగల మంచికాలాన్ని టీవీ చూస్తూ గడిపేస్తారు. చాలామంది తమ బలాలను వృద్ధి చేసుకొనకుండా, బలహీనతతలను గురించి ఎక్కువగా ఆలోచిస్తుంటారు. తమకి లేనిదానిపై దృష్టి పెడుతూ, ఉన్న నైపుణ్యాలను నిర్లక్ష్యం చేస్తారు. మనకన్న ముందున్న గొప్పవారు అందరూ తమ విజయానికి చిన్న వ్యూహాన్ని పాటించారు: వాళ్ళకి తామేమిటో తెలుసు. తమకున్న ముఖ్యమైన సామర్థ్యాలేమిటో ఆలోచించడానికి సమయం వెచ్చించారు - తమని విశిష్టంగా చేసిన ప్రత్యేక లక్షణాలు గుర్తించారు. మిగిలిన జీవితమంతా వాటిని మెరుగుపరచుకుంటూ, విస్తరింపజేసుకుంటూ గడిపారు.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 16

మీరు పెద్ద లక్ష్యాలు పెట్టుకున్నపుడు, పెద్ద కలలు కంటున్నప్పుడు బృహత్తర సృజనాత్మక క్రియను చేపట్టినట్లు మీ ఊహాశక్తిని, సామర్థ్యాలను విశిష్టమైన దానిని నిర్మించడానికి ఉపయోగిస్తున్నారు. అది సృజనాత్మక క్రియాశీలత.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 17

గదిలో కూర్చుని, రోజంతా ప్రార్థించినా మీరు కలగన్న జీవితం సిద్ధించదు. అలా జరుగుతుందని ఆశించడం అంటే ఇంద్రజాలం జరగాలని ఆశించడమే. మనలో ఉత్తములు క్రియాశీలురు. వ్యక్తిగత నాయకత్వమంటే ముఖ్యమైన పనులు చేయించగలగడం. ఫలితాలు రాబట్టడం.

అసాధారణ విజయం

అక్టోబర్ 18

కలలను సాకారం చేసుకోండి. కోరుకున్న జీవితం లభించేవరకు చేయగలిగిన దంతా చేయండి. మిమ్మల్ని భయపెట్టే ప్రదేశాలను సందర్శించండి. ఈ ప్రపంచానికి మీరివ్వాల్సిన గొప్పదనం గురించి మీ హృదయానికి తెలుసు, దాన్నించి ముడుచుకు పోవద్దు. మనిషిగా మీ శక్తిమేరకు కోరికలు తీరడానికి చేయగలిగినదంతా చేసి అప్పుడు ఫలితాలు గురించి ఆలోచించవద్దు.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 19

మీ జీవితంలోని ప్రాధాన్యతలు స్పష్టంగా లేనపుడు, సమయం గురించి పట్టించుకొనకుండా ప్రతి కోరికకు ప్రతిసారి అవును అని చెప్పడం తేలిక. భవిష్యత్తు పట్ల స్ఫూర్తిదాయకమైన దర్శనం లేకపోతే, ఫలితాన్ని గురించి స్పష్టమైన అవగాహన లేకపోతే, అది మీరు ఉద్దేశపూర్వకంగా పనిచేసేలా సాయపడకపోతే, మీరేం చేయాలో చెప్పడం మీ చుట్టూ ఉన్నవారికి తేలిక. పరిష్కారం మీ జీవిత ఉన్నత లక్ష్యాలను గురించి స్పష్టంగా ఉండడం, హుందాగా కాదు అని చెప్పడం నేర్చుకొనడం.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 20

సంతోషం మన జన్మ హక్కు. మన జీవితాల్లో అసాధారణ విషయాలు సాధించడానికి, ప్రపంచానికి అపూర్వ కానుకలు అందించడానికి మనం పుట్టాం.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 21

మనకంటె ముందు భూమ్మీద పుట్టిన గొప్పవారు అందరిలో ఒకే విధంగా ఉన్న లక్షణం – తమ జీవితాలను విశిష్టం చేసిన ప్రతిభలను వారు మెరుగు పరచుకుంటూ పోయారు. ఉదాహరణకు ఐన్‌స్టీన్‌ను తీసుకోండి. తనకు భౌతికశాస్త్రంపై అభిరుచి ఉందని గుర్తించే తెలివి ఉంది. దానితో జీవితమంతా ఆ ప్రతిభకు మెరుగుపెడుతూనే గడిపాడు. జీవ, రసాయన శాస్త్రాలవైపు వెళ్ళలేదు. తనకున్న ప్రధాన సామర్థ్యంపై దృష్టి పెట్టాడు. దానితో అలా పనిచేస్తూ చేయగలిగినంత ఉత్తమంగా, ఏళ్ళ తరబడి అంకిత భావంతో పనిచేస్తూ నిపుణత సాధించాడు. మనిషిగా ఉన్నతస్థానాన్ని పొందాడు.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 22

లక్ష్యాలను స్పష్టంగా నిర్వచించుకుంటే చాలా లాభాలుంటాయి. ముందే లక్ష్యాలను పెట్టుకుంటే, ఎన్నో విషయాలతో సంక్లిష్టంగా మారిన మన జీవితాల్లో, ఒకే విషయం మీద దృష్టి కేంద్రీకరించడం సులభమవుతుంది. ప్రస్తుతం ఒకే సమయంలో మనం ఎన్నో పనులు చేయాల్సి వస్తోంది. ఎన్నో అంశాలపై మనం శ్రద్ధ పెట్టాల్సి ఉంటుంది. లక్ష్యాల వల్ల మన కోరికలు స్పష్టమవుతాయి. మనం ఎక్కడికి వెళ్ళాలనుకుంటామో అక్కడికి చేర్చే కార్యకలాపాలు చేయడానికి మార్గదర్శకంగా ఉంటాయి.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 23

క్రియాశీల వ్యక్తిలా ఉండండి. అత్యున్నత జీవితాన్ని సాధించే వ్యక్తి అవండి. బాగా వచ్చిన పని చెయ్యండి. తర్వాత ఏది లభించినా హృదయపూర్వకంగా స్వీకరించండి. ప్రకృతి మీ కోసం ఉద్దేశించినది ఇదేనని నిశ్చితంగా నమ్మండి.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 24

గుంపు గురుత్వాకర్షణ శక్తి నుంచి బయటపడి మరింత నిజాయితీగా బ్రతకడానికి దృఢ నిశ్చయం కావాలి. టేకాఫ్ తర్వాత మొదటి మూడు నిముషాలలో స్పేస్ షటిల్ చాలా ఇంధనాన్ని ఉపయోగిస్తుంది. భూకక్ష్య చుట్టూ తిరిగిన దానికన్న ఇది చాలా ఎక్కువ. దీనికి కారణం గురుత్వాకర్షణే: ఈ ఆకర్షణను తప్పించుకొనడానికి ఎంతో శక్తి కావాలి. అయితే పశ్చాత్తాపం, విచారం జీవితంలో లేకుండా ఉండాలంటే ఈ ఆకర్షణను తప్పనిసరిగా తప్పించుకు తీరాల్సిందే.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 25

ధైర్యంగా చేసిన పనికి, మంచిపనికి, బాధ్యతాయుతంగా చేసిన పనికి తప్పనిసరిగా వెంటనే ఫలితం ఉంటుంది. భయంతోకన్న, ప్రేమతో పనిచేసిన ప్రతిసారి మీరేం కావాల్సి ఉందో అలా కొంచెం కొంచెం తయారవుతారు. కలలను సాకారం చేసుకోవడానికి యత్నించిన ప్రతిసారి, హృదయం చెప్పే మాటను విన్న ప్రతిసారి మీరెవరో కొంచెం కొంచెం గుర్తుచేసుకుంటారు. నిదానంగా పరివర్తన చెందుతారు.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 26

ఒలింపిక్ క్రీడాకారులు క్రీడలనుంచి ఇంటికి రాగానే పోస్ట్ ఒలింపిక్ డిప్రెషన్ (పిఒడి)కి లోనవుతారని మానసిక శాస్త్రవేత్తలు అంటారు. విజయశిఖరాలను చేరిన తర్వాత, సాధించడానికి ఉన్నత లక్ష్యం లేకపోవడంతో జీవితం అర్థ రహితంగా ఉంటుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఆశావాదం, జీవితానురక్తి నిలుపు కొనడానికి ఉన్నతోన్నత లక్ష్యాలను పెట్టుకోవాలి. వృత్తి, వ్యక్తిగత జీవితాలలో ఒకలక్ష్యం సాధించినపుడు వెంటనే మరో లక్ష్యాన్ని పెట్టుకోవాలి. లక్ష్యాలు మీకు తగినట్టుగా ఉండాలి. అవి మీరు మీ హృదయాన్ని చేరేలాంటి సవాళ్ళుగా ఉండడం తప్పనిసరి. మీలో ఉన్న ఉత్తమత్వాన్ని బయటికి తీసి ఈ ప్రక్రియలో మీరు ఎదిగేలా సాయపడాలి.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 27

కాలం గురించి అద్భుతమైన విషయం ఏమిటంటే దాన్ని మీరు ముందుగా వ్యర్థం చేయలేరు. గతంలో ఎంత సమయాన్ని వ్యర్థం చేసినా, రాబోయే గంట మీరు సద్వినియోగం చేసుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉంటుంది. మీరనుకుంటే రేపు ఉదయాన్నే లేవవచ్చు, ఎక్కువ చదవవచ్చు, వ్యాయామం చెయ్యవచ్చు, బాగా తినవచ్చు, తక్కువ బాధపడవచ్చు. అసాధారణ స్థాయిలో ఆడవచ్చు. మీ జర్నల్‌ని తెరవకుండా ఎవరూ మిమ్మల్ని ఆపరు. ఖాళీ పేజీలో మీ జీవిత కథను మళ్ళీ రాయవచ్చు. ఈ క్షణంలోనే ఏం చేయాలో మీరు నిర్ణయించుకొని, ప్రధాన పాత్రలను మార్చి కొత్త ముగింపునివ్వవచ్చు. అలా చేయడానికి మీరు నిర్ణయించుకున్నారా? అనేదే సమస్య.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 28

జీవితంలో మీరు క్రియాశూన్యంగా ఉన్నారంటే, జీవితం మీతో క్రియాశీలంగా ఉంటుంది. రోజులు వారాలుగా, వారాలు నెలలుగా గడిచిపోతుంటాయి... మీకు తెలిసే ముందుగానే జీవితం పూర్తయి పోతుంది. జీవితమనే తెలివైన, అందమైన నిధిని చేజారనివ్వకండి.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 29

సూర్యోదయానికి ముందు చీకటిగా ఉంటుంది. ప్రతివారి జీవితంలోను క్లిష్ట పరిస్థితులు, పెద్ద నిర్ణయాలు తీసుకోవాల్సిన సమయం వస్తుంది. ప్రతి సాధకుడు/ సాధకురాలి జీవితంలో రిస్కు తీసుకొనకపోతే జీవితం సగటు జీవితమై పోతుందని హృదయంలో గాఢంగా అనిపించే రోజు వస్తుంది. కాని ఇంత పెద్ద నిర్ణయం తీసుకోవడానికి భయము, ధైర్యం అవసరం నిర్ణయం తీసుకుంటే పూర్తిగా కొత్త ప్రపంచంలోకి ప్రయాణించడం సాధ్యమవుతుంది. సామర్థ్యావకాశాలు, సంతోషం, స్వాతంత్ర్యం ఉండే చోటికి వెళతారు. లోతుగా ఆలోచించి మీ అంతర్వాణిని వినండి. దాని మార్గదర్శకత్వాన్ని నమ్మండి.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 30

మార్గంలో పరీక్ష ఎదురైనప్పుడు మధ్యలో ఎన్నడూ మానవద్దు. మార్గమంతటా ఎన్నో పరీక్షలు ఎదురవుతాయి. మీరు సాధించే గొప్ప విజయానికి ముందు గొప్ప సవాలు ఎదురవుతుంది. ఇంటికి – మీ వాస్తవిక ఆత్మను చేరే తిరుగు ప్రయాణంలో ఇదంతా మామూలేననే జాగృతితో ముందుకు సాగితే మీకు ప్రయాణం సుగమం అవుతుంది. మీరు సంసిద్ధంగా ఉంటారు.

మంచి అలవాట్లు

అక్టోబర్ 31

ఆశాక్లబ్‌లో చేరండి. ప్రతికూలతను ఎదుర్కొనేటపుడు అందమైన, అసాధ్య మనిపించే లక్ష్యాలు మీకు ఆ మార్గంలో స్ఫూర్తి నింపుతాయి. మీలోని గొప్ప దనాన్ని వెలికితీసే గొప్ప, ఉదాత్త లక్ష్యాలను చేరుకునేటపుడు, వాటిని చేరాలనే మీ కోరిక సాధకుడి మార్గంలో వచ్చే క్లిష్ట పరిస్థితులను ఎదుర్కొనేలా చేస్తుంది.



నవంబర్

మంచి అలవాట్లు

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 1

ఉదయాన్నే లేవడం మీకు మీరిచ్చుకునే కానుక. కొన్ని క్రమశిక్షణలకు మీ జీవితాన్ని మార్చే శక్తి ఉంది. ఉదయమే లేచే అలవాటు అటువంటిదే. ఉదయకాలంలోని తొలి గంటలకు ప్రత్యేకత ఉంది. కాలం వేగం తగ్గినట్టు, గాలిలో ప్రశాంతత నిండినట్టు అనిపిస్తుంది. అయిదుగంటల క్లబ్‌లో చేరితే రోజును మీరు నియంత్రించడం జరుగుతుంది, రోజు మిమ్మల్ని నియంత్రించదు. 'పడకయుద్ధం' గెలిచి, "మనసుతో పడకను జయించి" ఉదయమే నిద్రలేస్తే రోజులో అత్యంత కీలక సమయంలో ఒక్కగంట మీకు ప్రశాంతంగా లభిస్తుంది. అది ఆరంభం. వివేకంతో గడిపితే రోజంతా అద్భుతంగా ఉంటుంది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 2

ఒక అధ్యయనం ప్రకారం నాలుగేళ్ళ బాలుడు రోజుకు మూడువందలసార్లు నవ్వితే, పెద్దవారు రోజుకి పదిహేనుసార్లు నవ్వుతారు. అడ్డంకులు, అవరోధాలు, పనులతో రోజులో నవ్వడమే మనం మర్చిపోతాం. ఎలా నవ్వాలో మర్చిపోయాం. రోజూ నవ్వితే మన మనోభావాలు బాగా ఉంటాయి, సృజనాత్మకత పెరుగుతుంది, ఎక్కువ శక్తి వస్తుంది. తన సృజనాత్మక రస ప్రవాహం కొనసాగుతూండాలని, రోజును మంచిగా ప్రారంభించాలని, హాస్యనటుడు స్టీవ్ మార్టిన్ రోజూ ఉదయం అద్దం ముందు అయిదు నిముషాలు నవ్వుతాడు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 3

ప్రకృతి పరిసరాలు మానసిక సంభాషణను నిలిపివేసి, మన మనస్సు స్వేచ్ఛగా నిజమైన తెలివిని బైటపెట్టేలా చేస్తాయి. ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తూ సమయం గడుపుతున్నపుడు, మీ పరిసరాలను ఏకాగ్రంగా గమనించండి. పుష్పం ఎంత సంక్లిష్టంగా ఉందో, సెలయేరు ప్రవాహం ఎలా కదులుతుందో గమనించండి. చెప్పులు తీసి పాదాల కింద గడ్డి స్పర్శను అనుభవించండి. ప్రకృతిలోని ఈ ప్రత్యేక కానుకలను అనుభవించే అవకాశం దొరికినందుకు మౌనంగా కృతజ్ఞత లర్పించండి. జీవితంలోని చిన్ని ఆనందాలే ఉత్తమమైన జీవితానందాలు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 4

మీరు మీ పర్యావరణం అయిపోతారు. మనసుకు చెప్పే వార్తలను ఏరి ఏరి చెబుతారు. పత్రికను చదవడం, టీవి చూడడంలో దాపరికం వద్దు. ఉదయం వార్తా పత్రికను చదివే ముందుగానే మనసులో ఒక ఉద్దేశం పెట్టుకోవాలి. కాలక్షేపం కోసం కాకుండా ఆ సమాచారం మీకు ఉపయోగపడి, మిమ్మల్ని వివేకవంతులుగా చేసేలా ఉపయోగించండి. మీరు అవ్వాలనుకున్న విధంగా కావడానికి తోడ్పడే ప్రభావాలను పొందాలని తీర్మానించుకోండి.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 5

కొత్త అలవాటు చేసుకొనడానికి 21రోజులు పడతాయి. మంచి మార్పు రావడానికి కొద్ది రోజుల ముందే పాత ప్రవర్తన మారి కొత్తది అలవాటయ్యే టప్పుడు కలిగే ఒత్తిడి, బాధ కారణంగా చాలామంది సానుకూల మార్పుకు ప్రయత్నం ఆపేస్తారు. అయితే ఒకసారి మీరు 21 రోజులు కొత్త అలవాటు కొనసాగిస్తే, మీరనుకున్న దానికన్న సులభంగానే అలవరచుకున్నారని గ్రహిస్తారు. మీ వ్యక్తిగత అలవాట్లను పరిశీలించుకుని, అవసరమైన మార్పులు చేసుకుంటానని వాగ్దానం చేసుకోండి. మీ అలవాట్ల స్వభావాన్ని బట్టే మీ జీవిత నాణ్యత నిర్ధారింపబడుతుంది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 6

మీతో మీరు ఒక గంట గడుపుతూ – సరైన పనులు చేస్తుంటే ముప్ఫయి రోజుల్లో నాటకీయ ఫలితాలు లభిస్తాయి. కొత్త అలవాటుకు అలవాటు పడేందుకు ఒక నెల పడుతుంది. తర్వాత, మీరు అనుసరించే ప్రవర్తనలు, వ్యూహాలు, సాధనాలు మీకు రెండో చర్మంలా అంటిపెట్టుకుపోతాయి. వాటిని రోజూ అభ్యాసం చేస్తుంటే ఫలితాలు లభిస్తాయి. ఇదే కీలకం. నిబద్ధత శక్తిమంతమైంది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 7

శరీరాన్ని సిద్ధం చేస్తున్నప్పుడే మనసుని సిద్ధం చేస్తారు. శరీరానికి శిక్షణ నిస్తున్నప్పుడే, మనసుకీ శిక్షణ ఇస్తారు. కఠినమైన వ్యాయామం చేస్తూ ప్రతి రోజూ దేహ దేవాలయానికి పోషణ నివ్వండి. రక్త ప్రసరణ బాగా జరిగేలా శరీరం కదిలేలా చేయండి. వారానికి 168 గంటలున్నాయి. కనీసం వాటిలో అయిదు గంటలు శారీరక వ్యాయామానికి ఉపయోగించాలి. ఆరోగ్యాన్ని కోల్పోయే వరకు మనలో చాలామంది దాని మీద శ్రద్ధ పెట్టరు. మీకు అలా కాకుండా చూసుకోండి.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 8

నేర్చుకొనే లాలసను పెంచుకోండి. రోజూ చదవండి. రోజూ 30 నిముషాలు చదివితే మీకు అద్భుతాలు జరుగుతాయి. ఏదో ఒకటి చదవద్దు. మీ మానసిక ఉద్యానవనంలో ఏమి నాటుతారో జాగ్రత్తగా ఎంచుకోండి. అది చాలా పోషకంగా ఉండాలి. అది మిమ్మల్ని, మీ జీవిత నాణ్యతను మెరుగుపరిచేదిగా ఉండాలి. మీకు స్ఫూర్తినిచ్చి పైకి తీసుకొచ్చేదిలా ఉండాలి.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 9

యు.ఎస్. న్యూస్ అండ్ వర్ల్డ్ నివేదిక ప్రకారం జీవితకాలంలో ఎనిమిది నెలలు చెత్త మెయిల్స్ ఓపెన్ చేస్తూ గడుపుతారు, ఫోన్ కాల్స్ రిటర్న్ చేస్తూ రెండు సంవత్సరాలు, క్యూలో నిలబడి అయిదేళ్ళు గడుపుతారు. ఈ వాస్తవం తెలిసింది గనుక సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవడానికి ఎప్పుడూ చేతిలో పుస్తకం పట్టుకొని వెళ్ళండి ఎటువెళ్ళినా. క్యూలో నిలబడిన మిగిలినవాళ్ళు ఫిర్యాదు చేస్తుండగా, మీరు మాత్రం మీ మనసుకి గొప్ప పుస్తకాలలోని ఆలోచనలనే పోషకాహారాన్ని అందిస్తుంటారు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 10

ఏకాంతం, నిశ్శబ్దం మీకూ మీ సృజనాత్మక వనరుకూ బంధాన్ని కలిపి అపరిమితమైన జీవిత తెలివితేటలను విడుదల చేస్తాయి.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 11

ఆలోచించడానికి సమయం ఉంచుకోండి. మిమ్మల్ని మీరు క్రమం తప్పకుండా తరచి చూసుకోండి. మీరేం చేస్తున్నారు, మీ రోజు ఎలా గడుపుతున్నారు, ఏమి ఆలోచిస్తున్నారు, అని చూసుకుంటూ మీకు మీరే కొలబద్దను ఏర్పాటు చేసుకోండి. రేపటిదినాన్ని మెరుగుపరచడానికి మార్గం ఈ రోజు తప్పేం చేశారో తెలుసుకొనడం.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 12

సమస్యలవల్ల మనసులో పేరుకుపోయిన చెత్తని, బాధలను ఒక కాగితం మీద రాయండి. అలా చేస్తే అవి మిమ్మల్ని వేధించి, మీ శక్తిని పీల్చెయ్యవు. ఇలా చేయడం వల్ల మీ సమస్యలను ప్రణాళిక ప్రకారం క్రమపద్ధతిలో ఆలోచించి పరిష్కరించు కొనవచ్చు. మీకు స్వాతంత్ర్యం లభించడానికి, గతం మర్చిపోవడానికి ఇది సాయం చేస్తుంది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 13

మీరు నిద్రించేముందు 10 నిముషాలు, మేల్కొన్న తర్వాత 10 నిముషాలు మీ ఉపచేతన మనస్సును బాగా ప్రభావితం చేస్తాయి. ఎక్కువ స్ఫూర్తినిచ్చే, ప్రశాంతమైన ఆలోచనలనే ఆ సమయంలో మనసులోకి ఆహ్వానించాలి.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 14

నిద్ర పరిమాణం కన్న నిద్ర నాణ్యత ముఖ్యమని గుర్తుంచుకోండి. 10 గంటల కలత నిద్రకన్నా 6 గంటల గాఢనిద్ర మంచిది. మీ శరీరానికి విశ్రాంతి కావాలి. అలా ఉంటే సహజ ప్రక్రియలు పనిచేస్తూ మీ శారీరక స్థితిని ఆరోగ్య సహజస్థితికి చేర్చగలవు. దైనందిన ఒత్తిడులు సంఘర్షణల మూలంగా స్థితి తప్పిన ఆరోగ్యాన్ని చక్కదిద్దగలవు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 15

ఆత్మకు నవ్వు మందు. నవ్వాలనిపించకపోయినా అద్దంలో చూస్తూ నవ్వండి. ఉత్తేజం కలగడాన్ని ఆపలేరు. విలియం జేమ్స్ ఇలా చెప్పాడు, “మనం సంతోషంగా ఉన్నాం కనుక నవ్వం. మనం సంతోషంగా ఎందుకున్నామంటే మనం నవ్వుతాం గనుక”. అందుకని రోజుని మంచి నవ్వుతో ఆరంభించండి. నవ్వండి, ఆడండి. మీకున్న వాటికి అన్నిటికీ కృతజ్ఞతలు చెప్పండి. మీరు నిర్ణయించుకుంటే ప్రతిరోజూ విశిష్టంగా ఫలితమిచ్చేదే.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 16

ఆత్మశోధనకు విషయాలు కాగితం మీద రాయడం ముఖ్యమైన పద్ధతి. జర్నల్ రాయడం అనే క్రమశిక్షణ జీవితాలను మార్చేస్తుంది. మరో వ్యక్తితో బాగా లోతుగా మాట్లాడితే వారి గురించి మీకెలా తెలుస్తుందో, ప్రతి ఉదయం జర్నల్ రాయడం వల్ల మీ గురించి మీకు తెలుస్తుంది. రాయడం వల్ల స్పష్టత వస్తుంది. స్పష్టత వల్ల నిపుణత వస్తుంది. మీ జీవితం అమూల్యం కనుక జీవితాన్ని రాయడం కూడా విలువైనది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 17

చాలామంది నిద్రని మందులా వాడతారు. దృష్టి మరల్చుకోవడానికి, కాలక్షేపానికి నిద్రను వాడతారు. తమ ఉన్నత జీవితాలకు, ఉన్నత సామర్థ్యాలకు అనుగుణంగా లేని జీవితం గడుపుతున్నపుడు వ్యక్తుల్లో బాధల బావి ఏర్పడడం ఆరంభిస్తుంది. చాలామందికి ఇది తెలియదు. ఇది ఉపచేతన స్థాయిలో ఏర్పడుతుంది. అయితే ఇది లేదని కాదు. ఇది వారిని ప్రతిక్షణం, ప్రతి నిర్ణయంలోను, ప్రతిస్థితిలోను బాధిస్తూనే ఉంటుంది. మనలో చాలామంది ఈ బాధను తప్పించుకొనడానికి, పారిపోవడానికి నిద్రను ఉపయోగించుకుంటారు. కాని ఒకసారి మీరు అంతర్వాణిని విన్నారంటే ఉత్తేజితులవుతారు. ఈ వాణిని వినడానికి ఎంతగా ఉత్తేజితులైతే మీ జీవితంలో నిద్ర అంత తక్కువ అవసరమవుతుంది – అంత తక్కువ కోరుకుంటారు – అంత తక్కువగా నిద్రపోతారు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 18

వ్యక్తిగత పునరుద్ధరణకు ప్రతిరోజును కేటాయించండి. మీ బ్యాటరీలను రీఛార్జి చేసుకొనే సమయం ఎన్నడూ వ్యర్థం కాదు. ఏ పనినైనా బాగా చేయడానికి అత్యవసరమైన కోణమిది. వినోదం పునఃసృష్టికి.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 19

17,000 మంది హార్వర్డ్ పాత విద్యార్థులపై జరిపిన అధ్యయనంలో ఒక గంట వ్యాయామం చేస్తే జీవితకాలం మరోమూడు గంటలు పెరుగుతుంది అని కనుగొన్నారు. ఇది పెట్టుబడిపై మంచి లాభం. వ్యాయామానికి సమయం కేటాయించని వ్యక్తి, అనారోగ్యానికి సమయం కేటాయించవలసి ఉంటుంది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 20

ప్రతివారం పెద్ద సెలవు తీసుకోలేరు గనుక, చిన్న సెలవు తీసుకోవచ్చు. చిన్న సెలవు మీ కార్యాలయం తలుపు వేయడం, ఫోను మాట్లాడకుండా ఉండడం, మీ కుర్చీలో కూర్చుని విశ్రాంతి తీసుకొనడం ద్వారా ఆరంభమవుతుంది. కుర్చీలో కూర్చుని గాఢశ్వాస తీసుకుంటూ ఉండండి. ప్రశాంతత లభించిన తర్వాత మీకిష్టమైన సెలవు విడిదిలో ఉన్నట్లుగా ఊహించుకోండి. రంగులను చూడండి, శబ్దాలు వినండి, ఈ ప్రత్యేక ప్రదేశంలో కలిగే ఉద్వేగాలను అనుభవించండి. కొన్ని నిముషాల పాటు మానసికంగా ఇలా పారిపోయిన తర్వాత పునర్జీవం లభిస్తుంది. మీరు రోజులో ముందుకు వెళ్ళడానికి సిద్ధంగా ఉంటారు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 21

సంగీతం జీవితాన్ని మెరుగ్గా చేస్తుంది. మానసిక పరిస్థితిని మెరుగుపరిచి, మీ ముఖంలో చిరునవ్వును తిరిగి రప్పిస్తుంది, మీ జీవన నాణ్యతను అమితంగా పెంచుతుంది. మీకు స్ఫూర్తినిచ్చే సంగీతాన్ని వినండి. మీకిష్టమైన సంగీతం సేకరించుకుని వారంలో ప్రతిరోజూ వింటూ ఉండండి. రోజూ కొంచెంసేపు సంగీతం వింటూ మీ మనోభావాలను నియంత్రించుకుంటూ ఉత్తమంగా ఉండడానికి సంగీతం శక్తిమంతంగా పనిచేస్తుంది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 22

రోజు ఎలా మొదలుపెడతారో అలాగే రోజంతా గడుస్తుంది. మీరు లేవగానే మొదటి 30 నిముషాలు "ప్లాటినం.30". ఎందుకంటే అవే రోజులో అత్యంత విలువైన క్షణాలు. తర్వాత వచ్చే ప్రతిక్షణం పైన వీటి ప్రభావం ఉంటుంది. దాని నాణ్యత వీటిపైనే ఆధారపడి ఉంటుంది. దీనిని గ్రహించే వివేకం, స్వయంక్రమశిక్షణ ఉంటే మీరు ఈ కీలక సమయంలో స్వచ్ఛమైన ఆలోచనలు మాత్రమే చేస్తారు, గొప్ప పనులే చేస్తారు. అలా చేస్తూ నిరంతరం రోజులన్నీ ఎంత అద్భుతంగా గడుస్తున్నాయో గమనిస్తారు.

నవంబర్ 23

ఒత్తిడి దానంతటది చెడ్డది కాదు. తరచుగా మనం బాగా పనిచేయడానికి, మన పరిమితిని దాటి పనిచేసి ఆశ్చర్యం గొలిపే పనులు సాధించడానికి తోడ్పడుతుంది. నిజమైన సమస్య ఏమిటంటే ప్రపంచ వ్యాకులతా యుగంలో ఒత్తిడి నుంచి తగినంత ఉపశమనం దొరకడం లేదు. అందుకని పునరుజ్జీవం పొందడానికి మీ అంతరంగానికి పోషణ నివ్వడానికి వారంలో ఒకసారి శాంతి కాలం అవసరం - వారంలో సెలవు - జీవితంలోని చిన్న చిన్న ఆనందాలను పొందడానికి, తీరికలేక మీరు వదలిపెట్టిన చిన్న సంతోషాలు పొందడానికి సెలవు తీసుకోండి. ఈ సెలవు పూర్తి రోజు కానవసరం లేదు. మీక్కావలసినదల్లా కొన్ని గంటల ఏకాంతం, నిశ్శబ్దంగా ఉండే ఉదయం, మీకిష్టమైన పనులు చేస్తూ కాలం గడపడం చాలు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 24

మీ జాగృతికి పునరాకృతి నివ్వడానికి వివిధ సమయాల్లో రోజంతా ఒక మంత్రాన్ని జపిస్తూ దృష్టిని నిలపవచ్చు. మీకు కావలసింది ఆంతరిక శాంతి అయితే "నేనింత నిర్మలంగా ప్రశాంతంగా ఉన్నందుకు కృతజ్ఞుణ్ణి" అని అనుకుంటూ ఉండవచ్చు. మీక్కావలసింది ఆత్మవిశ్వాసమైతే మీ మంత్రం "నాకు పూర్తి ఆత్మవిశ్వాసం, అపరిమితమైన ధైర్యం ఉన్నందుకు కృతజ్ఞుణ్ణి" అని అనుకోవచ్చు. భౌతిక సంపదలు కావాలనుకుంటే, "నా జీవితంలో చాలా డబ్బు, అవకాశాలు వచ్చినందుకు కృతజ్ఞుణ్ణి" అనుకోవచ్చు. పనికి వెళ్ళేటప్పుడు, క్యూలో ఉన్నపుడు, గిన్నెలు కడిగేటప్పుడు, ఖాళీగా ఉన్నపుడు శక్తిమంతంగా జీవితాన్ని అభివృద్ధిచేసే శక్తిని ప్రేరేపించాలను కుంటే పదే పదే మనసులో మీక్కావలసిన మంత్రాన్ని జపిస్తూ ఉండవచ్చు. నాలుగు వారాల పాటు వ్యక్తిగతంగా మీరెంచుకున్న మంత్రాన్ని రోజూ రెండు వందల సార్లు అనుకోండి. ఫలితాలు గొప్పగా ఉంటాయి. మీకు జీవితానికి కావలసిన శాంతి, సౌభాగ్యం, పరమార్థం లభిస్తాయి. మనం దేని గురించి మాట్లాడితే అదే అవుతాం.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 25

నవ్వుతో కన్నా, బాధను పంచుకుంటే బంధం పెరుగుతుంది. ప్రపంచంలోని ప్రతి ఒక్కరు అరగంటసేపు తమ జీవితాల్లో అనుభవించిన వ్యక్తిగత బాధను అందరితో పంచుకుంటే మనమందరం స్నేహితులమవుతాం. శత్రువులే ఉండరు. యుద్ధాలు ఉండవు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 26

బాధపడే అలవాటును దూరం చేసుకునే వ్యూహం ఏమిటంటే బాధపడడానికి నిర్దిష్ట సమయాన్ని కేటాయించుకొనడం. వీటిని నేను "బాధా సమయాలు" అంటాను. మనకి కష్టమొస్తే, మెలకువగా ఉన్న సమయమంతా దాని మీదే దృష్టిని కేంద్రీకరిస్తాం. బదులుగా, ప్రతిరోజూ సాయంత్రం 30 నిముషాలు దీనికి కేటాయించాలి. ఈ సమయంలో సమస్యల గురించి, కష్టాల గురించి ఆలోచిస్తూండవచ్చు. ఈ సమయం అయిపోగానే దానిలో నుంచి బయటకు రండి. అలా వచ్చేలా మనసుకు శిక్షణనివ్వండి. మరింత ఉత్పాదకంగా ఉండే పని అంటే ప్రకృతిలో కొంచెంసేపు నడవడం, స్ఫూర్తినిచ్చే పుస్తకం చదవడం, మీకిష్టమైన వారితోనో, మీరు ప్రేమించే వారితోనో మనసు విప్పి మాట్లాడడం వంటివి చెయ్యాలి. ఒకవేళ రోజులో మిగిలిన సమయంలో బాధపడాల్సిన అవసరం కనిపిస్తే, దాని గురించి నోట్‌బుక్‌లో రాయండి, దాన్ని గురించి మీ బాధాసమయంలో బాధపడవచ్చు. చిన్నదే అయినా శక్తిమంతమైన ఈ చిట్కావల్ల క్రమంగా బాధపడే సమయం తగ్గుతుంది. చివరికి ఇలా బాధపడాల్సిన అవసరమే రాదు.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 27

మీరు, నేను నివసించే ఈ ప్రపంచంలో సమాచారయుగం మనకిచ్చిన కానుక ఏమిటంటే మనం కావాలనుకుంటే, ప్రతిరోజూ భూమ్మీద పుట్టిన ప్రతి గొప్ప తాత్త్వికుడితోను సమయం గడపవచ్చు. ప్రపంచంలోని అద్భుత వ్యక్తులతో స్నేహం చెయ్యవచ్చు. మనక్కావలసినప్పుడంతా – పుస్తకాల ద్వారా, ఆడియో డౌన్‌లోడ్స్, సిడిలు, వీడియోలు ఇతర విద్యాత్మకమైన ప్రసారమాధ్యమాల ద్వారా. చరిత్రలోని అత్యంత విచక్షణాపరులైన మనుషులతో సమయం గడుపుతూ మీరు మౌలికంగా మెరుగైన వ్యక్తి అవకుండా ఉండలేరు. వారి ఆకర్షణశక్తి మిమ్మల్ని కట్టిపడేస్తుంది.

మంచి అలవాట్లు

నవంబర్ 28

మీ భయాన్ని ఎంతగా వ్యక్తం చేయగలిగితే అంతగా అది మీ నుంచి దూరమవుతుంది. మీరు ఎంత ఎక్కువగా దీని గురించి మాట్లాడితే అంతగా దాగున్న నీడలన్నీ వెలుగులోకి వస్తాయి. వాటిని పరీక్షించి విడుదల చేసెయ్యవచ్చు.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

నవంబర్ 29

కుటుంబాన్ని మీ సొంత వ్యక్తిగత కమ్యూనిటీగా చూడడం ఆరంభించండి. ఇక్కడినుంచే మీ వ్యక్తిగత తృప్తి లభిస్తుంది. మనం ప్రేమించే వారితో గడిపేవి మన గొప్ప క్షణాలు. మీ కుటుంబం ద్వారా, మీ గురించి మీకు బాగా తెలుస్తుంది, గొప్ప లోచూపును, జ్ఞానాన్ని, విచక్షణను పొందగలుగుతారు. కుటుంబం ద్వారా మీలో మానవత్వాన్ని పెంచుకోగలరు, ఆంతరిక శక్తిని వాస్తవం చేసుకోగలరు. కుటుంబ నాయకత్వంతోనే, జీవితంలో నాయకత్వం మొదలవుతుంది. మీ కుటుంబమే మీ పునాది. రాకెట్ లాంచింగ్ ప్యాడ్ లాంటిది. అది సురక్షితంగా నిర్దిష్ట విధానంలో ఉందంటే అంతకుముందు ఊహించని ఎత్తులకు ఎదగగలరు.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

నవంబర్ 30

మీ పిల్లలు ఎటువంటి వ్యక్తులుగా అవ్వాలని మీరు భావిస్తున్నారో వారిని అలా చేయడానికి ముందు వారెలా ఉండాలని మీరనుకుంటున్నారో మీరు అలా ఉండండి. పిల్లలందరూ తల్లిదండ్రుల మార్గమే సరైనదని భావిస్తారు. వాళ్ళెలా ఉండాలో, మీరలా ఉంటూ వారికి నేర్పిస్తారు. మీ విలువలు, నమ్మకాలు వారి విలువలు, నమ్మకాలు అవుతాయి. మీలో ఉన్న వ్యతిరేక పద్ధతులే వారిలోను వ్యతిరేక పద్ధతులవుతాయి. మీ పిల్లలు మీరు వేసే ప్రతి అడుగును గమనిస్తూ ఉంటారని మీరు గుర్తుంచుకోవాలి.

డిసెంబర్

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

జీవిత ప్రయాణాన్ని ఆనందించండి

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 1

పిల్లలతో కొంత సమయం గడపడమే కాకుండా వాళ్ళకు మీరిచ్చే రెండో కానుక మంచి ఉదాహరణగా ఉండడం.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 2

మీ సత్యాన్ని చెప్పడమంటే హృదయం లోపలినుంచి మాట్లాడడం. మన ప్రపంచంలో చాలామంది మన చుట్టూ ఉన్నవారు ఏం వినాలనుకుంటారో అవే మాటలు మాట్లాడతారు. వాళ్ళు మోసం చెయ్యడానికి, నియంత్రించడానికి మాట్లాడతారు గాని గొప్ప ప్రేమకు దోహదం చేసే అవగాహన కలిగించే విధంగా. నిజమైన భావాలను వ్యక్తీకరించరు. తాము నిజంగా ఏమనుకుంటు న్నారో తెలిపే మాటలు మాట్లాడరు. నిజంగా లోపల ఏమనుకుంటున్నారో తెలియనివ్వరు, వాళ్లు ఆధ్యాత్మిక కపటత్వంలో జీవితాలు గడుపుతుంటారు. సత్యం మాట్లాడడం వల్ల మాత్రమే – మీరు నిజంగా ఏమనుకుంటున్నారో, ఏం నమ్ముతున్నారో, మీకేం తెలుసో అది మాట్లాడితేనే మీరు అవ్వాల్సిన విధంగా నాయకుడు అయ్యే స్థితిలో ఉంటారు. మీరు అనుకొనేదే మాట్లాడండి – మీ స్వరం సహకరించకపోయినా.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 3

ఎవరైనా మీకు సాయం చెయ్యాలంటే మీరు వారి హృదయానికి చేరువ కావాలి. సూర్యుడిలా ఉండండి. తను ఇవ్వగలిగినదంతా సూర్యుడు ఇస్తాడు. దానికి ప్రతిగా పువ్వులు, చెట్లు, మొక్కలు సూర్యుడి దిశలోనే పెరుగుతాయి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 4

చిన్న విషయాలే పెద్ద విషయాలు. మీరెక్కువ గౌరవించే వారికీ, మీకు మధ్య గాఢమైన అనుబంధం కోసం ఎటువంటి చిన్న పనులు చేయగలరు? ఎవరికైనా ఆరోజు బాగుండాలని మీరు దయతో చేయగలిగే పనులేమిటి? అర్థరహితమైనా, అందంగా, సుఖంగా అనిపించే పనులేమిటి? ఇతరుల పట్ల కరుణతో వ్యవహరించడం వల్ల మీకూ బాగా అనిపించడం విశేషం.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 5

చాలామంది వినడమంటే అవతలివాళ్ళు మాట్లాడడం ఆపేవరకూ నిరీక్షించడం, అంతకుమించి ఏమీ చెయ్యాల్సిన పనిలేదు అనుకుంటారు. ఇంకా ఆ వ్యక్తి మాట్లాడుతున్నపుడు, మనం ఏం సమాధానం చెప్పాలో ఆలోచించుకుంటూ ఉంటాం కాని విషయాన్ని అర్థం చేసుకోం. మరొకరి అభిప్రాయాన్ని నిజంగా అర్థం చేసుకొనడానికి సమయం వెచ్చించడం వల్ల వాళ్ళు చెప్పేదానికి మీరు విలువనిస్తున్నట్టు. వాళ్ళని వ్యక్తిగా మీరు గౌరవిస్తున్నట్టు. మాట్లాడే వ్యక్తి మనసులోకి చొరబడగలిగితే, ప్రపంచాన్ని వారి దృక్పథంతో చూడగలిగితే, వాళ్ళతో గాఢంగా బంధం పెనవేసుకోగలుగుతారు, అత్యంత విశ్వసనీయ బంధాలు ఏర్పడి ఎక్కువ కాలం నిలుస్తాయి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 6

మీ ఆత్మసంబంధాన్ని పునర్నిర్మించుకొనడానికి దృష్టి కేంద్రీకరించండి. మీ లోలోపలి నిజమైన విలువలు తెలుసుకోండి. మీకు కావాల్సినవి, మీ ప్రాధాన్యతలు తెలుసుకోండి – ఇతరులు మరీ ముఖ్యమని చెప్పినవి కాదు, అత్యంత విలువైనవని మీరు భావించేవి. మీ దగ్గర లేనిది మీరివ్వలేరు అని గుర్తుంచుకోండి. ఇతరులను ప్రేమించాలంటే, ముందు మిమ్మల్ని మీరు ప్రేమించుకోవాలి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 7

క్షమించడం వ్యక్తిగత ధైర్యంతో ఆత్మ చేసే గొప్ప పని. మీ జీవిత నాణ్యతను పెంచుకోవడానికి ఇది మంచి మార్గాలలో ఒకటి. ఇతరులు తప్పు చేశారని ఆలోచించే ప్రతి నిముషం, మీ విలువైన లక్ష్యం నుంచి మీరు దొంగిలించినదే: మిమ్మల్ని గొప్పగా చేసే వారితో మీరు కలవకుండా చేసేది.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 8

మనం నిజంగా భావించని విషయాలు చెబుతూపోతే, అది అలవాటుగా మారిపోతుంది. దీనితో వచ్చే సమస్యేమిటంటే, మీరు మాట నిలబెట్టుకొన లేకపోతే మీ విశ్వసనీయత పోతుంది. విశ్వసనీయత కోల్పోతే, నమ్మకం పోగొట్టుకుంటాం. నమ్మకం పొగొట్టుకుంటే బంధాలు కూడా తెగిపోతాయి చివరికి. 'మాటలేగాని చేతల్లేవు' అని అనిపించుకోకుండా, మాట మీద నిలబడండి. చెప్పేదే అనుకోండి. అనుకున్నదే చెప్పండి. ఈ చిన్న అలవాటు వల్ల శక్తిమంతమైన ఫలితాలు లభిస్తాయి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 9

మాట్లాడితే లోకువ. సాక్ష్యం ఎప్పుడూ అబద్ధం చెప్పదు. ప్రపంచంతో మీకు కుటుంబమే అన్నిటికన్న ప్రధానం అని చెప్పవచ్చు. కాని వ్యాపార సమావేశాల కోసం వారంలో చాలారోజులు కుటుంబంతో కలిసి భోజనానికి కూర్చోలేరు. దీనిలో వాస్తవమేమిటంటే మీకు అన్నిటికన్న ప్రధానమైంది కుటుంబం కాదు. చదవడం ఎంత శక్తిమంతమైందో చెబుతూ పిల్లలకు మంచి పుస్తకాలు కొనివ్వవచ్చు. కాని మీరు ఖాళీగా ఉన్నప్పుడు టీవీ చూస్తూ కూర్చుంటే, చదవడానికి మీరు ప్రాధాన్యమివ్వాలని అనుకోవడం లేదని అర్థం.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 10

తల్లిదండ్రులుగా మానవ నమ్మకాన్ని ఏర్పాటు చేసుకొనడం మీ ప్రధాన బాధ్యత. నమ్మకమే గొప్ప కుటుంబ సంస్కృతికి పునాదిరాయి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 11

జీవితంలో సంతోషం, ఆనందాలను మరింతగా పొందడానికి గొప్ప స్నేహాలు చేసుకొనడం మంచిమార్గాల్లో ఒకటి. ఎక్కువమంది స్నేహితులు, కుటుంబం ఉండేవారు ఎక్కువకాలం జీవిస్తారు, బాగా నవ్వుతారు, తక్కువగా బాధపడతారు. స్నేహాలు కూడా జీవితంలో అన్ని మంచి విషయాలలాగానే సమయాన్ని, శక్తిని, నిబద్ధతను కోరతాయి. గాఢమైన స్నేహాల కోసం, మీరు మీ సౌకర్య పరిసరాలను వదలాలి, మీకు అంతగా తెలియని వారితో మాట్లాడుతూ ఉండాలి, నిజాయితీగా ఆదరం చూపాలి, మీరు స్నేహబీజాలు వేస్తే, గొప్ప స్నేహితులు తప్పకుండా లభిస్తారు.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 12

తల్లిదండ్రులు కావడం చాలా ఆనందాన్నిస్తుంది. కాని గురుతరమైన బాధ్యత కలిగిన సదవకాశమిది. విశిష్టమైన తల్లిదండ్రులుగా ఉండేందుకు మనం నైపుణ్యాలను పెంపొందించుకోవాలి. మనం పిల్లల్ని పెంచే విధానం సరైనదే అని భావించకూడదు. వాళ్ళు ఆలోచనాపరులుగా, జాగ్రత్తగా చూసేవారుగా, వివేకవంతులైన వయోజనులుగా తయారవ్వాలని మనం ఆశిస్తూ ప్రార్థన చెయ్యడంతో సరిపోదు. సదస్సులకు హాజరవుతూ, పుస్తకాలు చదువుతూ, నిపుణుల ఆడియోలు, సిడిలు వింటూ చూస్తూ పిల్లలను పెంచే సామర్థ్యాలు పెంపొందించుకుంటూ ఉండాలి. తరువాత మీ జీవిత ప్రయోగశాలలో నేర్చుకున్న భావాలను మెరుగుపరచుకుంటూ, మీ కుటుంబానికి బాగా సరిపోయే వ్యూహాలను రూపొందించుకోండి. మీ అమ్మాయిల, అబ్బాయిల అద్భుతమైన బాల్యం మళ్ళీ తిరిగిరాదు. ఇప్పుడే మేల్కొనండి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 13

మనందరం అదృశ్యస్థాయిలో కలిసి ఉంటాం. మనందరం ఒకే కుటుంబానికి చెందిన సోదరీసోదరులం. మనం వేర్వేరు అనుకోవడం భ్రమ మాత్రమే. వేలాది ఏళ్ళుగా ఋషులు మనకు చెబుతూనే ఉన్నారు – మనందరం ఒకే తానులోంచి వచ్చామని, మనం మరొకరిని బాధపెడితే మనని మనమే బాధించుకుంటున్నాం. మీకు తెలిసిన అత్యంత దయగల వ్యక్తిగా ఉండండి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 14

మనం ప్రేమించేవారితో సహా అందరినీ విమర్శించే అలవాటు చేసుకొనడం తేలిక. కొందరు తినే పద్ధతిని, కొందరు మాట్లాడే పద్ధతిని మనం విమర్శిస్తాం. అతి చిన్న, సూక్ష్మమైన విషయాలను పట్టించుకొని, చిన్న చిన్న విషయాల్లో తప్పులు పట్టుకుంటాం. మనం ఎక్కడ శ్రద్ధ పెడితే అది పెరుగుతుంది. ఎవరిలోనైనా సరే చిన్న బలహీనతపై మనం దృష్టి పెడితే, అది మన మనసు లోనే పెరుగుతూ అది చివరికి మనకి ఆ మనిషిలో పెద్ద సమస్యలా కనిపిస్తుంది. సంతోషంగా, ప్రశాంతంగా జీవించడానికి సమాజంలో ఉన్న భిన్నత్వంలో ఉన్న సంపన్నత్వాన్ని గమనించండి. బంధుత్వాలను, కమ్యూనిటీలను దేశాలను గొప్పగా చేసినవి అందరిలో సామాన్యంగా ఉండే లక్షణాలు కాదు, భిన్నమైన అంశాలు మనని విశిష్టంగా చూపిస్తాయి. మీ చుట్టూ ఉన్నవారిలో విమర్శించ డానికి వీలుగా తప్పులు వెదకకుండా, వాళ్ళలోని భిన్నమైన అంశాలను గౌరవించడం నేర్చుకుంటే పోలా?

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 15

వినయంగా ఉండే మనిషి సమక్షంలో ఉండడంలో ప్రత్యేకత ఉంది. వినయంగా, అణకువగా ఉండడం వల్ల మనం ఇంకా నేర్చుకోవలసినది ఎంతో ఉందని మనకు గుర్తు ఉంటుంది. మీ చుట్టూ వున్న వారికి వారి జ్ఞాన ప్రతిభను అందుకోవడానికి, వారు చెప్పేది వినడానికి మీరు సిద్ధంగా ఉన్నారని సంకేతాన్ని అందిస్తుంది. వ్యక్తిగా మీరెంత ఎదిగితే అంతగా ఇతరుల ముందు నిరూపించుకోవలసిన అవసరం తగ్గుతుంది.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 16

మానవ హృదయాల మధ్య దూరాన్ని తగ్గించేది నవ్వు అని అంటారు. అందరం కలిసి నవ్వితే, మనల్ని కలిపి ఉంచిన అవరోధాలు కూలిపోయి నిజమైన వ్యక్తులతో కలిసి ఉంటాం. గమనిస్తే ఇది ఎంత మంచి విషయం!

డిసెంబర్ 17

మీకు కోపాన్ని, అసహనాన్ని తెప్పించే విషయాలను గురించి ఇతరులను నిందిస్తున్నప్పుడు, మిమ్మల్ని నియంత్రించే నీడలను తెలుసుకొనే అమూల్య అవకాశాన్ని కోల్పోతారు. లోతుగా ఆలోచించే అవకాశాన్ని కోల్పోయి ఉపచేతనలో ఉన్నదాన్ని చేతనలోకి తీసుకుని వస్తున్నారు. అక్కడ అది ఉపశమించి, విడుదలవుతుంది. ఇతరులను నిందించడం అంటే మిమ్మల్ని క్షమించుకొనడం.

డిసెంబర్ 18

మీరు చెయ్యగలిగే అత్యంత ఉదాత్తమైన పని ఇతరులకు ఇవ్వడం. ప్రాచ్య ఋషులు దీనిని 'ఆత్మ సంకెళ్ళు వదిలించుకొనే ప్రక్రియ" అంటారు. ఇది మీ వ్యక్తిత్వాన్ని ప్రదర్శించడం ఆపి ఉన్నతోద్దేశం కోసం దృష్టి పెట్టడం ఆరంభించడం. ఇది మీ చుట్టూ ఉన్నవారికి మరింత ఇవ్వడం కావచ్చు, మీ సమయమైనా కావచ్చు, శక్తి అయినా కావచ్చు: ఇవి రెండే మీకున్న అత్యంత విలువైన వనరులు.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 19

సంవేదన, దయాళుత్వంతో కూడిన దైనందిన పనులు జీవితాన్ని ఎంతో సంపన్నం చేస్తాయి. రోజులో ఇతరుల కోసం చేయగలిగిన మంచిని గురించి ఉదయమే ధ్యానం చెయ్యండి. అస్సలు ఊహించని వారిని నిజాయితీగా పొగడడం, అవసరంలో ఉన్న స్నేహితులను ఆదుకొనడం, కారణం లేకున్నా కుటుంబంలోని వారిపై ప్రేమ చూపించడం వంటివి జీవితాన్ని మరింత అద్భుతంగా చేస్తాయి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 20

మీ పిల్లల బాల్యాన్ని జీవించండి. పిల్లల బాల్యంలో ఒక భాగంగా ఉండడం కన్న అర్థవంతమైన విషయాలు చాలా తక్కువ. మీ బిడ్డల తొలి అడుగులను గమనించ కుండా, విజయం కోసం మెట్లు ఎక్కడంలో అర్థమేముంది?

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 21

మనం నివసించే ప్రపంచం విచిత్రమైంది. ఎంతో కచ్చితంగా ఒక్క తప్పు లేకుండా ప్రపంచమంతటికీ సందేశాన్ని పంపగలం కాని రోడ్డు దాటి వెళ్ళి కొత్తగా వచ్చిన పొరుగువారిని పలకరించడానికి ఇబ్బంది పడతాం. పిల్లలతో అనుబంధం పెంచుకోకుండా టీవీ చూస్తూ ఎక్కువ సమయం గడిపేస్తాం. ప్రపంచాన్ని మార్చాలని అనుకుంటాం గాని, మనల్ని మనం మార్చుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉండం. తర్వాత, జీవిత పొద్దు కుంకిపోతున్నపుడు, కొంతసేపు మనని మనం తరచి చూసుకుంటాం, అనుభవించాల్సిన ఆనందక్షణాలను, దయతో ప్రవర్తించవలసిన క్షణాలను, మనమెలా ఉండి ఉంటే బాగుండేదో ఆలోచించి పశ్చాత్తాపపడతాం. కాని అప్పటికే చాలా ఆలస్యం అయిపోతుంది.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 22

ఈ ప్రపంచంలో మనకు బాగా అవసరమైంది ప్రేమ. నేను ఇతరులను ప్రేమించమని మాత్రమే చెప్పడం లేదు. మనం చేసే పనిని కూడ ప్రేమించాలి. మన పరిసరాలను ప్రేమించాలి, మరీ ముఖ్యంగా మనల్ని మనం ప్రేమించు కోవాలి. అప్పుడే ఇతరులకు మన ప్రేమను పూర్తిగా పంచగలం. మీరు గడిపే ప్రతిరోజూ మీరు చేసే ప్రతిపని ప్రేమగా చెయ్యాలి.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 23

మీరెవరినైనా క్షమించలేకపోతే, వారిని మీ భుజం మీద మోస్తున్నట్టే – అది చాలా బరువైంది. ఒకసారి మీరు వారిని క్షమిస్తే ఆ బరువుని దించుకున్నట్టే. జీవితంలో ముందుకు సాగిపోవచ్చు. వాళ్ళింక మిమ్మల్ని కిందకు లాగరు. మనిషిగా మీరు మరింత స్వేచ్ఛగా ఉండగలరు.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 24

ఎవరినైనా క్షమించడమంటే వారి ప్రవర్తనను అనుమతించినట్టు కాదు. వారిని క్షమించడం అంటే బాధలో ఉండేవాళ్ళు బాధ పెట్టే పనులు చేస్తారని గమనించడం అంతే. ఇతరులను బాధపెట్టేవారు ఎంతో బాధపడి ఉంటారని అర్థం చేసుకోవల సిందిగా నేను మీకు చెబుతున్నాను. తమ మీద తమకు ప్రేమ లేని వ్యక్తులు ఇతరులపై ప్రేమను చూపించలేరు. ఆత్మగౌరవం లేని వ్యక్తులకు ఇతరులను ఎలా గౌరవించాలో తెలియదు.

విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం

డిసెంబర్ 25

ప్రతిరోజూ ఇతరులకు ఏ కొంచెం సాయం చేసే అలవాటున్నా, వాళ్ళు రోజూ ఎంత ఆనందాన్ని అనుభవిస్తారో మీకు తెలుసా? ఇతరుల కోసం వాస్తవమైన, శాశ్వతమైన విలువను సృష్టించడానికి తమను తాము అంకితం చేసుకుంటే మనిషి ఎంతగా సంతోషపడతాడో ఆలోచించండి. ఇతరులకు కలను సాకారం చేసు కొనడంలో సాయపడడం అంటే మీకు మీరిచ్చుకునే గొప్ప కానుకగా భావించాలి. కాని చాలామందికి ఈ సత్యం తెలియదు.

జీవిత ప్రయాణాన్ని ఆనందించండి

డిసెంబర్ 26

జీవితాన్ని గౌరవించడం, అదిచ్చే అద్భుతాలను ఆనందించడం నేర్చుకోండి. మీకున్న పనులు చేయగలిగే సామర్థ్యాన్ని మేల్కొలపండి. ఒక్కసారిలా చేశారంటే అద్భుతాలు సృష్టించడానికి జీవితం మీకు బాగా సహకరిస్తుంది.

జీవిత ప్రయాణాన్ని ఆనందించండి

డిసెంబర్ 27

జీవితాన్ని ప్రేమించడానికి ఏది అవసరమో అది చెయ్యండి. జీవితంలో పిల్లలతో మనం పంచుకున్న చిన్న చిన్న ఆనందాలను గుర్తుచేసుకుని ఉద్విగ్నులు కావడానికి తీరిక చేసుకోండి. మనలో చాలామందికి ఉన్నది కోల్పోయే వరకు దాని విలువ తెలియదు.

జీవిత ప్రయాణాన్ని ఆనందించండి

డిసెంబర్ 28

జీవితం ఎంతో సున్నితమైంది. ఇది మనకివ్వబడిన అమూల్యనిధి దీనిని కాపాడుకోవాలి. దీనిని మన శక్తి మేరకు సద్వినియోగం చేసుకోవాలి. మళ్ళీ దొరకదు కనుకే ఇది అంత పవిత్రం.

జీవిత ప్రయాణాన్ని ఆనందించండి

డిసెంబర్ 29

ఎప్పుడూ కృతజ్ఞతతో, సానుకూల ఊహలతో ఉండే వ్యక్తిలా ఉండండి. పెద్ద కలలు కనండి. ఏ సమయంలో ఎక్కడున్నా ఆ చోటును ఇష్టపడండి. గమ్యం ఎంత బాగుంటుందో దారి కూడా అంతే బాగుంటుంది. ఇటువంటి మానసిక స్థితిని ఉంచుకొనగలిగితే, జీవితం మిమ్మల్ని సమృద్ధిలో ముంచివేస్తుంది.

జీవిత ప్రయాణాన్ని ఆనందించండి

డిసెంబర్ 30

జీవితమొక ఆట. దీన్ని గంభీరంగా ఆడవద్దు. సరదాగా అనుభవించండి. నాట్యం చెయ్యండి. నవ్వండి. విశాలమైన అవగాహనతో కూడిన దృక్పథాన్ని కలిగి ఉండండి.

జీవిత ప్రయాణాన్ని ఆనందించండి

డిసెంబర్ 31

మీ గమ్యాలు, ఉద్దేశం, కలల మార్గంలో ముందుకు వెళుతూ సరదాగా ఉండండి. అంతులేని ఉత్సాహంతో ఉండడంలోని ప్రాముఖ్యాన్ని ఎన్నడూ మర్చిపోవద్దు. జీవించి ఉన్న ప్రాణులలో ఉండే మనోరంజకమైన సౌందర్యాన్ని చూడకుండా నిర్లక్ష్యం చేయకండి. మనిద్దరం మాట్లాడుకొనడం ఈ రోజు, ఈ క్షణంలో ఒక కానుక. స్ఫూర్తితో, ఆనందంగా, ఉత్సుకంగా ఉండండి. జీవిత ధ్యేయంపైన ఇతరులకు నిస్వార్థసేవ చేయడంపైన దృష్టి పెట్టండి. ఇలా చేస్తూ కూడ జీవితాన్ని సంతోషంగా అనుభవించండి, ఎందుకంటే మీ జీవితం ఉత్సవం చేసుకోవాల్సినంతటి విలువైన నిధి.

JAICO PUBLISHING HOUSE

Elevate Your Life. Transform Your World.

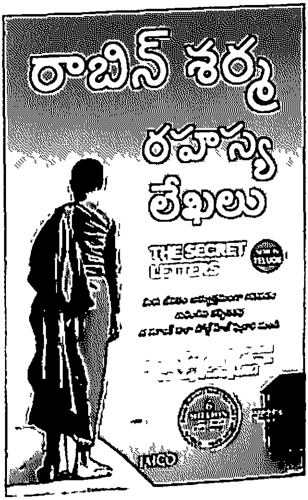
జై-కో ప్రచురణ సంస్థ ఇప్పటి వరకూ 2000 పుస్తకాలు ప్రచురించింది. ఇందులో పెద్దవారు, పిల్లల సాహిత్య పుస్తకాలు, చరిత్ర, హాస్యం, ఆటలు, మతం, తత్వశాస్త్రం, ఆరోగ్యం, మనో వైజ్ఞానిక, వ్యక్తిత్వ, నిర్మాణానికి సంబంధించిన పుస్తకాలు ఉన్నాయి. ఈ సంస్థ ప్రముఖ రచయితలైన శ్రీశ్రీపరమహంస యోగానంద (ఒక యోగి ఆత్మకథ), కుస్వంత్ సింగ్, ముల్క్‌రాజ్ ఆనంద్, కమలా మార్కండేయ, ఏకాంత్ ఈశ్వరన్, నిరాద్ చౌదరి, ఎం.వి. కామత్, సర్వేపల్లి రాధాకృ ష్ణన్, ఓషో, శ్రీశ్రీరవిశంకర్, రాబిన్‌శర్మ వంటి వారి రచనలను ప్రచురించింది.

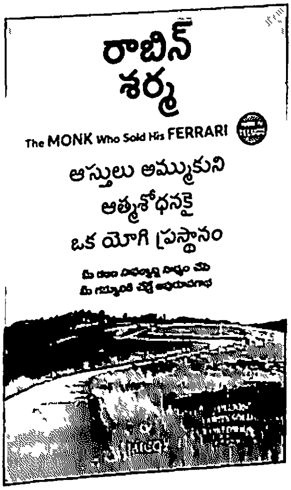
గత రెండు దశాబ్దాలుగా జై-కో సంస్థ విద్య, బిజినెస్ మేనేజ్‌మెంట్, ఇంజనీరింగ్, టెక్నాలజీ వంటి వత్తి విద్యా పుస్తకాలను ప్రచురించడంలో నెం.1 స్థానంలో ఉంది. కళాశాల విద్యార్థుల కోసం జై-కో ప్రచురించే పుస్తకాలను దేశవ్యాప్తంగా విద్యార్థులు ఆదరిస్తున్నారు. సంస్థకు చెందిన ఎడ్యుకేషన్ అండ్ కార్పొరేట్ సేల్స్ డివిజన్ నిర్వహణ సామర్థ్యం ఇందుకు నిదర్శనం.

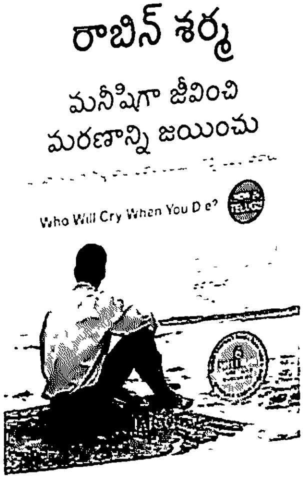
జై-కో సంస్థను 1946లో దివంగత జమన్ సింగ్‌పుస్తకపంపిణీ వ్యాపారంగా ప్రారంభించారు. త్వరలోనే దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వస్తుందని ముందుగానే ఊహించిన ఆయన తన సంస్థకు జై-కో అని నామకరణం చేశారు (హిందీలో జై అంటే విజయం). అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశంలో పుస్తకాల అవసరం గుర్తించిన జమన్‌సింగ్ త్వరలోనే స్వయంగా ప్రచురణ సంస్థను కూడా ప్రారంభించారు. ఇంగ్లీషు భాషకు సంబంధించి భారతేదశంలో పేపర్‌బ్యాక్ పుస్తకాలను ప్రచురించిన తొలి సంస్థ 'జై-కో'.

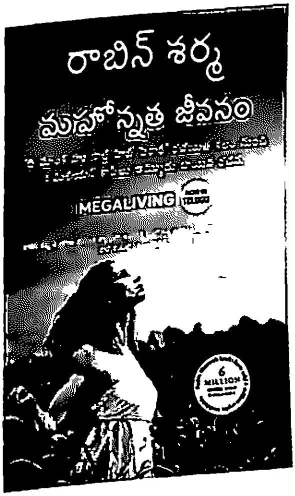
స్వంతంగా పుస్తకాలు ప్రచురించడం, పంపిణీ చేయడంతోపాటు 'జై-కో' అంతర్జాతీయంగా పేరుపొందిన మెక్‌గ్రోహిత్, పెర్సన్, థామ్సన్, ఎల్సివర్ సైన్స్ వంటి సంస్థల ప్రచురణలను దేశంలో పంపిణీ చేస్తుంది. ముంబైలో ప్రధాన కార్యలయం ఉండగా, ఢిల్లీ, కోల్‌కత్తా, బెంగుళూరు, చెన్నై, హైదరాబాద్, అహ్మదాబాద్, భోపాల్‌వంటి ప్రాంతాలలో బ్రాంచిలు ఉన్నాయి. సంస్థ అమ్మకాల విభాగంలోని 40కిపైగా ఎగ్జిక్యూటివ్‌లు, డైరెక్ట్ మెయిల్ డివిజన్, వెబ్‌సైట్ మూలంగా దేశంలోని పట్టణం, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో సైతం జై-కో పుస్తకాలు అందుబాటులో ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు.

SINCE 1946







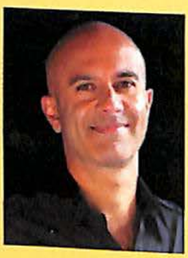


For more information visit www.jaicobooks.com

మనందరికీ నిత్య ప్రేరణ అవసరం. మనం చేసే పనిలో, జీవితంలో తెలివిగా ఉండడానికి. మనం ఎంతో ఇష్టంగా కన్నకలలను సాకారం చేసుకోవడానికి, మనమెలా ఉండాలని అనుకున్నామో అలా ఉండడానికి జీవితంలోని కష్టకాలాన్ని అధిగమించడానికి, మంచి క్షణాలను ఆస్వాదించడానికి.

ఫెరారీని అమ్మిన యోగి నుంచి తీసుకున్న నిత్య ప్రేరణలో ప్రముఖ రచయిత రాబిన్ శర్మ అంతర్జాతీయంగా అత్యధిక స్థాయిలో అమ్ముడైన ద మాంక్ హు సోల్డ్ హిజ్ ఫెరారీ నుంచి, ఆ క్రమంలో రాసిన మరికొన్ని పుస్తకాల నుంచి శక్తిమంతమైన ఆలోచనలను ప్రతిరోజును విశిష్టంగా గడపగలిగేలా మీ కోసం సరళంగా కేలండర్ రూపంలో ఇచ్చారు.

వాస్తవమైన విజయం, ప్రతికూలతను అధిగమించడం. ఆశాభంగం, విశిష్టమైన బంధుత్వాలను ఏర్పరచుకొనడం, ప్రభావం, వారసత్వం వంటి ముఖ్యమైన విషయాలు దీనిలో ఉన్నాయి. మీరు విశిష్ట వ్యక్తులుగా మారే ప్రయాణంలో ఈ పుస్తకం మీకు జీవితకాలం తోడుగా ఉంటుంది గమ్యం చేరాక మీరు గడిపిన జీవితాన్ని చూసి గర్వపడే విధంగా ఇది మిమ్మల్ని తయారుచేస్తుంది.



ఈనాడు ప్రపంచంలో అత్యంత ప్రముఖ రచయితల్లో రాబిన్ శర్మ ఒకరు. అంతర్జాతీయంగా ప్రఖ్యాతి చెందిన ఆయన పదకొండు పుస్తకాలు 65 దేశాల్లో, 75 భాషల్లో మిలియన్ల కొద్దీ కాపీలు అమ్ముడయ్యాయి. అత్యంత ప్రభావితం చేసే బ్లాగర్, సామాజిక ప్రసార మాధ్యమాల్లో ప్రముఖ వ్యక్తి మాత్రమేగాక రాబిన్ మంచి వక్త కూడా.

www.robinsharma.com

నిరంతరం ప్రవహించే ప్రేరణపొందాలంటే రాబిన్‌శర్మని ఫేస్‌బుక్‌లో చూడండి.

Elevate Your Life. Transform Your World.
JAICO BOOKS
www.jaicobooks.com
Self-Help
ISBN-13: 978-81-8495-775-4
9788184957754
₹ 150